อนุสรณ์
งานพระราชทานเพลิงศพ
นายสังเวียน วงศ์สุวรรณ



ณ เมรุวัดหัวลำโพง กรุงเทพ ฯ

วันเสาร์ ที่ ๒๔ มกราคม พ.ศ. ๒๕๑๙

สะสมกำลังใจ (Strong Mindfulness)

๑. ไม่บ่นหรือร้องทุกข์

๒. ไม่บอกความลับของตนแก่ผู้อื่น และไม่ต้องการทราบความลับของผู้อื่น

๓. ไม่สนใจว่าคนอื่นจะเห็นตนเป็นอย่างไร

๔. สามารถนำเหตุการณ์ทุกอย่างมาใช้เป็นประโยชน์ได้เสมอ

อนุสรณ์
งานพระราชทานเพลิงศพ
นายสังเวียน วงศ์สุวรรณ





ณ เมรุวัดหัวลำโพง กรุงเทพ ฯ
วันเสาร์ ที่ ๒๔ มกราคม พ.ศ. ๒๕๑๙

คำขอบคุณ

นายสังเวียน วงศ์สุวรรณ ได้ถึงแก่กรรมด้วยโรคความดันโลหิตสูงใน ร.ร. เตรียมอุดมศึกษา ในขณะเดินตรวจเวรเย็น หลังจากรับประทานเลี้ยงเมื่อวันพุธที่ ๑๕ ตุลาคม ๒๕๑๘ เวลาประมาณ ๑๗.๐๐ น.

อาจารย์ ประเสริฐ ชั้นประเสริฐ ได้ขับรถนำอาจารย์ สังเวียน ส่งโรงพยาบาลตำรวจทันทีที่ทราบเหตุ แต่แพทย์ไม่สามารถให้การช่วยเหลืออะไรได้ทัน

ญาติ มิตร และลูกศิษย์ รุ่นต่าง ๆ ได้ให้ความช่วยเหลืออย่างเต็มที่และดียิ่ง โดยไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อยมาโดยตลอด ทั้งพิธีอาบน้ำศพ พิธีสวดอภิธรรมและพิธีพระราชทานเพลิงศพ

ข้าพเจ้าและครอบครัวของ นายสังเวียน วงศ์สุวรรณ ทุกคน ขอขอบพระคุณในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง และจะเก็บความรู้สึกอันทราบซึ้งต่อทุกท่านในครั้งนี้ ไว้ในความทรงจำตลอดไป

หากนายสังเวียน จะทราบด้วยญาณวิถีใด ๆ ก็คง ปีติในน้ำใจไมตรีจิตของท่าน อย่างเปี่ยมล้นเช่นกัน

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย และอำนาจกุศลจิต อันบริสุทธิ์ ของทุกท่านจงปกป้องคุ้มครอง และดลบันดาลให้ทุกท่านมีความสุข และเจริญรุ่งเรือง ด้วยประการทั้งปวงตลอดไปเทอญ

บุตร และครอบครัว



ชาตะ 19 สิงหาคม พ.ศ. 2463

มรณะ 15 ตุลาคม พ.ศ. 2518



บรรดาลูกหลาน ญาติมิตร ในคืนสวดพระอภิธรรม

ประวัติย่อ

กำเนิด

นายสังเวียน วงศ์สุวรรณ เกิดที่ตำบลแหลมฟ้าผ่า จังหวัดสมุทรปราการ เมื่อวันศุกร์ที่ ๑๙ สิงหาคม ๒๔๖๓ เป็นบุตรคนที่ ๓ ในจำนวนพี่น้อง ๘ คน ของนายก๊ก และนางบุญเรือน วงศ์สุวรรณ

การศึกษา

สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จาก ร.ร. ประจำจังหวัดสมุทรปราการ พ.ศ. ๒๔๗๘

สำเร็จการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จาก ร.ร. อำนวยศิลป์ พ.ศ. ๒๔๘๐

สำเร็จปริญญา วิศวกรรมศาสตร์บัณฑิต จาก จุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย พ.ศ. ๒๔๘๖

การรับราชการ

เข้าทำงานเป็นนายช่างตรี ที่โรงงานน้ำตาลไทยอุตรดิตถ์ พ.ศ. ๒๔๘๗

เข้าทำงานโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา พ.ศ. ๒๔๘๙
บรรจุเป็นข้าราชการชั้นตรี ๑ พ.ย. ๒๔๙๐
บรรจุเป็นข้าราชการชั้นโท ๒๓ ก.พ. ๒๔๙๖
บรรจุเป็นข้าราชการชั้นเอก ๑ ต.ค. ๒๕๐๒

งานเกี่ยวกับหนังสือ

ร่วมเรียบเรียงหนังสือ แบบเรียนวิทยาศาสตร์ ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นของกระทรวงศึกษาธิการ

เรียบเรียง หนังสือแบบเรียนกลศาสตร์ และแม่เหล็กไฟฟ้าชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ของกรมวิชาการ ฯ

เครื่องราชอิสริยาภรณ์

๕ ธันวาคม ๒๔๙๗ เบญจมาภรณ์ มงกุฎไทย
๕ ธันวาคม ๒๕๐๕ เบญจมาภรณ์ ช้างเผือก
๕ ธันวาคม ๒๕๐๗ จัตุรถาภรณ์ มงกุฎไทย
๕ ธันวาคม ๒๕๑๑ ตริตราภรณ์ มงกุฎไทย
๕ ธันวาคม ๒๕๑๓ ตริตราภรณ์ ช้างเผือก
๕ ธันวาคม ๒๕๑๕ เหรียญจักรพรรดิมาลา

ไว้อาลัยคุณสังเวียน วงศ์สุวรรณ

ข้าพเจ้าได้รู้จักคุณสังเวียน มาเป็นเวลากว่า ๓๐ ปี เมื่อคุณสังเวียนเข้ามารับราชการเป็นครู ที่โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา

ในตอนแรก ข้าพเจ้าก็ไม่ได้มีเหตุผลอะไรที่จะชอบพอกับคุณสังเวียนเป็นพิเศษ เพราะทราบว่าคุณสังเวียนได้เคยทำงานแห่งอื่นมาหลายแห่งแล้ว และอยู่ไม่นาน ไม่ติดลาออกร่ำไป ต่อเมื่อมาอยู่เป็นอาจารย์ที่โรงเรียน คงเป็นด้วยได้รับควาบอบอุ่นจากคณะครู • ได้รับความเอาใจใส่จากนักเรียนในการเรียนสอนอะไรก็ได้ผลดี และในขณะเดียวกัน ก็เป็นเหตุให้ความสามารถในการสอนของคุณสังเวียนเองดีขึ้นเป็นลำดับ คุณสังเวียนจึงอยู่กับโรงเรียนมา ๓๐ กว่าปี ถ้าไม่ด่วนถึงแก่กรรมก็คงจะอยู่จนเกษียณอายุเป็นแน่

คุณสังเวียน เป็นครูที่ดีเป็นเพื่อนที่ดี เป็นพ่อที่ดีพอแล้วที่ ควรแก่การยกย่อง

นายสนั่น สุมิตร

คำไว้อาลัย

แด่

อาจารย์สังเวียน วงศ์สุวรรณ

อาจารย์สังเวียน วงศ์สุวรรณ ได้มาร่วมทำงานกับดิฉันที่โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษากว่า ๒๐ ปี ถึงแม้อาจารย์จบปริญญาตรีวิศวกรรมศาสตร์ แต่ก็มีฝีมือในการสอนดีมาก ตลอดจนการปกครองดูแลความเรียบร้อยของนักเรียน ดิฉันเคยรำพึงรำพันอยู่เสมอว่าอาชีพครูนั้น คนส่วนมากมักจะมองข้ามไป โดยอาจเห็นว่าเป็นอาชีพที่ต่ำต้อยถ้าเข้าเรียนอาชีพอื่นไม่ได้แล้ว จึงจะมาเข้าเรียนเป็นครู แต่ก็อาจจะมีไม่มากนักที่ตั้งใจเป็นครูเพราะรักอาชีพนี้โดยสุจริตใจและมีความภาคภูมิใจที่จะ "เจริญรอยตามบาทพระศาสดา จะว่าเป็นเรือจ้างได้อย่างไร" อาจารย์สังเวียน เป็นผู้หนึ่งในกลุ่มหลังนี้ที่เรียนมาทางอื่น แต่สมัครใจที่จะยึดอาชีพครูแทนที่จะเป็นวิศวกร เพราะมุ่งมั่นที่จะ "อบรมบ่มนิสัยให้ศิษย์นั้น เพียงแต่วันละนาทียังดีถม ศิษย์จะดีมีชื่อหรือล่มจม ก็เพราะการอบรมหนึ่งนาที"

เวลากว่า ๒๐ ปีในโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาผ่านไปอย่างรวดเร็วมาก แม้แต่ตัวดิฉันเองอยู่ในรั้วเตรียมอุดมย่างเข้าปีที่ ๓๗ ก็รู้สึกว่าไม่นานเลย บรรดาศิษย์ของอาจารย์สังเวียน วงศ์สุวรรณ ต่างก็จบเป็นบัณฑิตในสาขาวิชาต่าง ๆ เป็นแพทย์ เภสัชกร วิศวกร ตำรวจ ทหาร นักเศรษฐศาสตร์ นักการปกครอง นักวิชาการต่าง ๆ นับว่าอาจารย์สังเวียน มีส่วนที่ได้วางรากฐานให้ศิษย์นั้น ๆ ได้ประสพความสำเร็จด้วยเพราะ

"จุฬาว่าป่านนี้ วิกล
ศิษย์ว่าอาจารย์ตน หยุดยั้ง
แต่ว่าเมื่อมีคน ยึดเหนี่ยว
หัวจะเชิดชูตั้ง ต่อสู้ลมแรง"

อาจารย์สังเวียน ไม่เคยคิดว่าจะเปลี่ยนอาชีพครูไปเป็นอื่น แม้ในการที่จะต้องตรากตรำในการสอนนักเรียนจนถึงเข้าโรงพยาบาลบางครั้ง เพื่อน ๆ ก็ได้พยายามเตือนให้ระวังสุขภาพ โดยเฉพาะเรื่องความดันโลหิตสูง แต่อาจารย์ก็มิได้เคร่งครัดที่จะปฏิบัติตามคำสั่งของแพทย์มากนัก เป็นที่น่าเสียดายและเสียใจอย่างยิ่งที่อาจารย์ต้องเสีย

ชีวิตไปเพราะโรคที่กลัวกันอยู่แล้วว่า อาจจะเกิดขึ้นแก่อาจารย์ และก็ได้ช่วยกันเตือนให้ระวังอยู่เสมอมานานแล้ว

อาจารย์สังเวียน เป็นเพื่อนกับคนได้ทุกชั้นทุกวัย มีความร่าเริงเป็นนิสัย พูดจาตรงไปตรงมา และจริงใจ มีความเอื้อเฟื้อ เมตตากรุณา ใจบุญ และชอบทำการกุศลอยู่เสมอ เมื่อวันเสาร์ที่ ๓ มกราคม ๒๕๑๙ ซึ่งเป็นวันเกิดครบรอบปีที่ ๓๘ ของโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา ศิษย์เก่าของโรงเรียนท่านหนึ่ง คือ ฯพณฯ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ (ดร. นิพนธ์ ศศิธร) ได้กรุณาไปร่วมพิธีทำบุญประจำปีด้วย และถามถึงอาจารย์สังเวียน วงศ์สุวรรณ พร้อมกับได้ชมเชยในความเข้มแข็งแบบครูของอาจารย์สังเวียน แต่อาจารย์สังเวียนก็ได้จากไปเสียแล้วโดยไม่มีโอกาสได้รับคำชมเชยอันมีเกียรตินี้ นี่แหละ

"นรชาติวางวาย มลายสิ้นทั้งอินทรีย์
สถิตย์ทั่วแต่ชั่วดี ประดับไว้ในโลกา"

ในสมัยนี้ใครจะคิดว่า ครูเป็นปูชนียบุคคล หรือไม่ก็ตาม แต่ผู้ที่ยึดอาชีพครูโดยสุจริตใจก็มีปณิธานที่จะตั้ง

ใจสอนศิษย์ ให้ความรู้เป็นแนวทางอนาคตแก่ศิษย์ให้เจริญก้าวหน้ายิ่งกว่าตัวของครูเองอยู่เสมอ คติพจน์ประจำโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาที่ว่า "นิมิตฺตํ สาธุ รูปานํ กตญฺญู กตเวทิตา" ความกตัญญูกตเวทีเป็นเครื่องหมายของคนดีนี้จะเป็นของทันสมัย สำหรับสภาพการณ์ขณะนี้หรือไม่ก็ตาม แต่ชาวเตรียมอุดมศึกษาทั้งหลายก็ยึดมั่นอยู่ และได้แสดงออกตามเวลาและโอกาส การที่อาจารย์สังเวียน ถึงแก่กรรมในบริเวณโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา ขณะที่เดินดูความเรียบร้อยของนักเรียนเวลาเลิกเรียนแล้ว นักเรียนคนหนึ่งคำนับอาจารย์เพื่อลากลับบ้าน เป็นการแสดงคารวะของศิษย์ต่อครู อาจารย์ก็รับคำนับ แล้วก็พับลงกับพื้นสนามเป็นการรับรู้มรรยาทอันดีของศิษย์เป็นครั้งสุดท้าย

บรรดาศิษย์ที่เห็นเหตุการณ์ก็ช่วยประคับประคองแก้ไขอย่างเต็มที่ พาไปโรงพยาบาลตำรวจซึ่งอยู่ใกล้ที่สุด แม้จะทราบล่วงหน้าว่าไม่มีหวังแล้ว แต่ก็ขอให้ได้แสดงกตัญญูกตเวทีต่ออาจารย์เถิด ถ้าอาจารย์สังเวียนจะทราบได้โดยญาณวิถีใด ๆ ก็คงจะภูมิใจว่ามิเสียแรงที่อาจารย์มุ่งหวังตั้งใจจะเป็นครูตลอดชีพ

อาจารย์สังเวียน ถึงแก่กรรม เมื่อวันพุธที่ ๑๕ ตุลาคม ๒๕๑๘ ในขณะที่ปฏิบัติหน้าที่ระหว่างครูกับศิษย์ ท่ามกลางความอาลัยรัก เสียดาย และเสียใจ อย่างสุดซึ้งของผู้ร่วมงานทุกระดับ ตั้งแต่อาจารย์ นักเรียน และเจ้าหน้าที่ของโรงเรียน แต่ผลงานการเป็นครูของอาจารย์สังเวียนยังปรากฏอยู่ตลอดไป ถ้ายังมีโรงเรียนก็ต้องนึกถึงอาจารย์สังเวียนอยู่เสมอ ผลงานที่สร้างไว้ไม่ใช่เป็นการสร้างวัตถุ แต่เป็นการสร้างคนเพื่อชาติไทยให้เจริญ

"อันความดีนั้นไม่ตายถ่ายให้ศิษย์
ครั้นชีวิตศิษย์มลายหายไปไหน
กลายเป็นแก่นกิจการงานทั่วไป
ประเทศไทยเฟื่องฟูเพราะครูเรา"

ขอกุศลบุญราศีที่บรรดาญาติมิตร ได้บำเพ็ญเพื่อเป็นอนุสรณ์แห่งความอาลัยรัก ถึงอาจารย์สังเวียน วงศ์-สุวรรณ และคุณงามความดีของอาจารย์ที่ได้บำเพ็ญมาจน

ตลอดอายุขัย จงเป็นเนื้อนาบุญที่จะให้อาจารย์ ได้ประสบอิฐคุณมนุญผลในสัมปรายภพทุกประการ

บุญเลื่อน เครือตราชู

๒๔ ม.ค. ๒๕๑๙

กรมสามัญศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ

หมายเหตุ คำประพันธ์ที่เกี่ยวแก่ครู ดังกล่าวข้างต้น เป็นคำประพันธ์ของ ฯพณฯ มล. ปิ่น มาลากุล ผู้ก่อตั้งโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา และเป็นผู้อำนวยการคนแรกของโรงเรียนนี้

แด่สังเวียน เพื่อนรัก

"เอ๊ะ อ้าว จริงรึ พุทโธ่ เมื่อวานยังไปกินข้าวกลางวันกับพวกวิทยาศาสตร์นี่นา" นี่คือคำอุทานจากผู้ที่ได้รับทราบข่าวการจากไปของอาจารย์สังเวียน ในเช้าวันรุ่งขึ้นเมื่อไถ่ถามได้ความแน่นอนแล้วว่า อาจารย์สังเวียนจากเราไปเสียแล้วอย่างกระทันหัน ไม่มีวี่แววร่องรอยมาก่อนเลย อาจารย์สังเวียนไม่ได้ประมาทในเรื่องการรักษาสุขภาพ ไม่ประมาทในการครองชีวิต อาจารย์สังเวียนเป็นคนรูปร่างสมบูรณ์อ้วนพี ฉะนั้นจึงตรวจร่างกายอยู่เสมอ จริงอยู่การงดอาหารจะช่วยรักษาสุขภาพและทรวดทรงได้มาก อาจารย์สังเวียนก็รู้แต่ก็งดแต่น้อย เพราะฉะนั้นพอน้ำหนักของร่างกายลดลงมาก ๆ อาจารย์ก็รับประทานตามใจเสียพักหนึ่งแล้วก็งดใหม่ เพราะฉะนั้นร่างกายของอาจารย์สังเวียนจึงดูคงที่อยู่ตลอดเวลา จนกระทั่งคราวหนึ่งเมื่ออาจารย์สงวนเล็กสกุลผู้อำนวยการคนก่อนถึงแก่กรรมไปใหม่ ๆ อาจารย์สังเวียนเดินทางไปทางโรงงานมีคนเห็นว่า ผู้อำนวยการคน



ก่อนมาเดินตรวจบริเวณ พากันแตกตื่นไปก็มี ทั้งนี้เพราะท่านทั้งสองมีขนาดของร่างกายและท่าทางเดินคล้ายกันมาก

อาจารย์สังเวียนเป็นคนสนุกสนาน ไม่ถือโกรธใคร และมักจะอภัยในความผิดของเพื่อนและศิษย์อยู่เสมอ จริงอยู่เวลานักเรียนทำผิดระเบียบอาจารย์ก็ดุก็ว่า ทำท่าขึงขัง แต่สักครู่ความโกรธขึงขังนั้นก็หมดไป อาจารย์เข้าสอนนักเรียนตามปรกติ และพูดจากับนักเรียนเป็นกันเองอย่างที่เคยกระทำตลอดชีวิตการเป็นครู

มีเรื่องควรบันทึกไว้สักหน่อยว่าในปี ๒๕๑๘ นี้ อาจารย์สังเวียนพิถีพิถันในการแต่งกายมากขึ้นมีเสื้อลายเล็กๆ สีอ่อน ๆ สวมใส่ ผ้าผูกคอก็สวย ๆ หลายผืน ทำให้อาจารย์หญิงชายหลายคนต้องกล่าวขวัญชมเชยอยู่เสมอ ๆ อาจารย์ก็ตอบว่ามีอยู่นานแล้วไม่ได้ใช้เสียดายมันเก่าไปเปล่า ๆ

กับเพื่อนฝูง อาจารย์สังเวียนเป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย เพื่อนที่มีอาวุโสกว่าหรือผู้บังคับบัญชาอาจารย์สังเวียนก็ให้ความเคารพนับถือ เพื่อนรุ่นน้องก็พูดจาเล่นหัวตักเตือนตามควรแก่กรณีและบุคคลอาจารย์สังเวียนเป็นนักกินอาหาร

ชั้นดีคนหนึ่ง ถ้าเวลาอาจารย์ชายมีเลี้ยงกันที่ห้อง ๒๕๒ คราใด อาจารย์สังเวียนต้องสั่งให้หาหมูหันมาด้วยเกือบทุกครั้ง และต้องเป็นหมูหันจากฝีมือญวน ไม่ใช่หมูหันจากภัตตาคารจีน เรื่องหัวปลา เรื่องยำต่าง ๆ ก๋วยเตี๋ยว ที่ไหนอร่อยอาจารย์สังเวียนจำได้มากไม่แพ้เรื่องวิชาการทางวิทยาศาสตร์ที่สอนอยู่ และที่ได้มีเลี้ยงอาหารแล้ว ก็ต้องต่อรัมมี่หมากรุกกันไปตามแบบ อาจารย์สังเวียนชอบและชำนาญการเล่นหมากรุกพอสมควร และการต่อเกมที่ใช้สมองหลังการกินเลี้ยงนั้น อาจารย์สังเวียนทำอยู่เป็นประจำจนกระทั่งวันสุดท้ายของอายุ วันนั้นอาจารย์ไปกินเลี้ยงกับคณะอาจารย์วิทยาศาสตร์ตอนกลางวัน และรับประทานเบียร์เพียงสองแก้วก็มา ทำงานจนกระทั่งเย็นก็ ไปนั่งพักเล่นรัมมี่กับเพื่อนอาจารย์ชายที่ห้องพัก ๒๕๒ พอเย็นไม่ทันค่ำ ก็บอกว่าจะกลับบ้านและเห็นมีเด็กเล่นฟุตบอลกันอยู่ในสนามก็เลยเดินผ่านไปดูตามความเคยชิน เพราะเป็นผู้มีหน้าที่ดูความเรียบร้อยในบริเวณโรงเรียนอยู่แล้ว ที่มุมสนามฟุต

บอลของโรงเรียนนี่เอง ที่อาจารย์สังเวียนหน้ามืดล้มลง เด็กที่เล่นฟุตบอล เข้ามาช่วยประคอง และคนที่รู้จักก็วิ่ง ไปตามบุตรชายอาจารย์ที่บ้านในซอย ๑๒ นั้นมาช่วยกันกับอาจารย์ชายที่รู้เรื่องหลายคน พาไปโรงพยาบาล แต่ก็ไม่ทัน เพราะอาจารย์ได้จากไปเสียแล้ว เป็นการจากไปอย่างรวดเร็วสงบสบาย ไม่มีห่วงเพราะอาจารย์สังเวียนได้จัดทำทุกสิ่งไว้อย่างเรียบร้อย เหลือแต่ความรักความอาลัยไว้ให้พวกเราได้ระลึกถึง

นิรันดร์ นวมารค

THE MEANING OF LIFE OF BUDDHA

Basically, Buddhism regards lives as houses of suffering and one of the most fearful of these is dead which everybody has to meet sooner or later.

Death according to Buddhism, **is not the end of life**, it is just a passing from one stage to another stage of living. A dead person can be reborn into another form of life depending on his previous **act** or **Kam** Death therefore does not mean the end of suffering to reduce these suffering, a man has to do good and make merit. Result of good deeds and merit-making which have been accumulated more and more from the former lives will send him to be born happier and wealthier.

Finally, if he has accumulated enough merit and good deeds, **he will be in the world of no suffering at all**, that is, reaching the Nirvana (or Niphan). There is not birth and death after you have reached Niphan. You are permanently without pain and suffering and that's it.

Wanchai Wongsuwan

โอวาท

ของ

ท่าน พระธมฺมวิตกฺโก

วัดเทพศิรินทราวาส

๑

"PERSONAL MAGNET"

เรื่องที่มีคนเมตตากรุณา เห็นอกเห็นใจนั้น เป็นเพราะ คุณธรรมความดี ของ ตนเอง หลายประการด้วยกัน เป็นต้นว่ามี วิริยะ อุตสาหะ บากบั่น เข้มแข็ง แรงกล้า และ จิตใจเมตตากรุณา ไม่เย่อหยิ่งจองหอง เป็นเหตุให้ผู้ที่แวดล้อมอยู่เกิดความเมตตากรุณารักใคร่ เห็นอกเห็นใจ คิดที่จะช่วยเหลือ

คนซึ่งมี กิริยามารยาทอ่อนโยน สุภาพ นิ่มนวล ย่อมเป็นที่เสน่หารักใคร่ของคนที่ ได้พบเห็นและพยายาม ที่จะช่วยเหลือ นี่เป็น Personal Magnet คือเสน่ห์ในตัวของตัวเอง เพราะฉะนั้น จงพยายามรักษาคุณสมบัติดังกล่าวนี้ไว้ จะเป็นเครื่องช่วยตัวเอง ให้บรรลุความสำเร็จสมประสงค์ทุกประการทุกกาลเวลา ทั้งปัจจุบันและอนาคต

๒ เมตตา

อย่ากลัว จงรักษาตัวให้บริสุทธิ์ ไม่มีอะไรทำอันตรายได้

จงจำไว้ว่า ถ้าปรารถนาความเมตตาและความเห็นอกเห็นใจจากผู้อื่น ก็ควรส่งกระแสใจที่ประกอบด้วยความเมตตาและความเห็นอกเห็นใจไปยังท่านเหล่านั้น แล้วจะได้รับความเมตตาและความเห็นอกเห็นใจจากท่านเหล่านั้นเช่นเดียวกัน นี่เป็นกฎของจิตตานุภาพ แล้วความสำเร็จทั้งหลายที่ปรารถนาก็จะบังเกิดแก่ตนสมประสงค์ทุกประการเป็นแน่นอน ไม่ต้องสงสัยเลย

๓ สบายใจ

คำว่า "ไม่สบายใจ" อย่าใช้ และอย่าให้มีขึ้นในใจต่อไป "Let it go, and get it out!" ก่อนมันจะเกิดต้อง Let it go! ปล่อยให้มันผ่านไป อย่ารับเอาความไม่สบายใจไว้ ถ้าเผลอไปมันแอบเข้ามาอยู่ในใจได้พอมีสติรู้สึกตัวว่าความไม่สบายใจเข้ามาแอบอยู่ในใจ ต้อง Get it out! ขับมันออกไปทันที อย่าเลี้ยงเอาความไม่สบายใจไว้ในใจ มันจะเคยตัว ทีหลังจะเป็นคนอ่อนแอออดแอด

ทำอะไรผิดพลาดนิด ๆ หน่อย ๆ ก็ไม่สบายใจเคยตัว เพราะความไม่สบายใจนี้แหละเป็นศัตรู เป็นมาร ทำให้ใจไม่สบาย ประสาทสมองไม่ปกติ เป็นเหตุให้ร่างกายผิดปกติ พลอยไม่สงบไม่สบายไปด้วย ทำให้สมองทึบไม่ปลอดโปร่ง เป็น habit ความเคยชินที่ไม่ดี เป็นอุปสรรคกีดกั้นขัดขวางสติปัญญาไม่ให้ปลอดโปร่งแจ่มใส ต้องฝึกหัดแก้ไขปรับปรุงจิตใจเสียใหม่ ทั้งก่อนที่จะทำอะไร หรือกำลังกระทำอยู่ และเมื่อเวลากระทำเสร็จแล้ว ต้องหัดให้จิตใจแช่มชื่นรื่นเริง เกิดปีติปราโมทย์เป็นสุขสบายอยู่เสมอ เป็นเหตุให้เกิดกำลังกาย กำลังใจ Enjoy living มีชีวิตอยู่ด้วยความเบิกบาน สมองจึงจะเบิกบาน จะศึกษาเล่าเรียนก็เข้าใจจำได้ง่าย เหมือนดอกไม้ที่แย้มเบิกบานต้อนรับหยาดน้ำค้าง และอากาศอันบริสุทธิ์ฉะนั้น

๔ สันติสุข

พระพุทธเจ้าสอนว่า "**นตฺถิ สนฺติ ปรํ สุขํ**"

"สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี"

หมายความว่า ความสุขอื่นมี

เช่นความสุขในการดูละคร ดูหนัง

ในการเข้าสังคม Social

ในการมีคู่รักคู่ครอง

หรือ ในการมีลาภยศ

ได้รับความสุข สรรเสริญ และได้รับความสุขจากสิ่งเหล่านี้ก็สุขจริง

แต่ว่า สุขเหล่านี้มีทุกข์ซ้อนอยู่ทุกอย่างต้องคอยแก้ไขปรับปรุงกันอยู่เสมอ

ไม่เหมือนกับความสุขที่เกิดจากสันติความสงบ ซึ่งเป็นความสุขที่เยือกเย็นและไม่ซ้อนด้วยความทุกข์ และไม่ต้องแก้ไขปรับปรุงตกแต่งมาก

เป็นความสุขที่ทำได้ง่าย ๆ

เกิดกับกายใจของเรานี่เอง

อยู่ในที่เงียบ ๆ คนเดียว ก็ทำได้

หรืออยู่ในสิ่งแวดล้อมสังคมก็ทำได้ ถ้าเรารู้จักแยก **ใจ** หาสันติสุข กายนี้ก็เพียงสักแต่ว่าอยู่ในที่ระคนด้วยความยุ่งสิ่งแวดล้อมเหล่านั้นไม่ยุ่งมาถึง **ใจ**

แม้เวลาเจ็บหนัก มีทุกขเวทนาปวดร้าวไปทั่วกาย แต่เรารู้จักทำ **ใจ** ให้เป็นสันติสุขได้ ความเจ็บนั้นก็ไม่

สามารถจะทำให้ **ใจ** เดือดร้อนตามไปด้วย

เมื่อ **ใจ** สงบแล้ว

กลับจะทำให้กายนั้นสงบ หายทุกขเวทนาได้ด้วย

และประสบสันติสุข ซึ่งไม่มีสุขอื่นยิ่งกว่าสันติสุขนั้น พระพุทธเจ้าสอนให้ฝึกเป็น ๓ ทาง คือ

๑. สอนให้สงบกาย วาจา ด้วย **ศีล** ไม่ทำโทษทุจริตอย่างหยาบที่เกิดทางกาย วาจา เป็นเหตุให้เกิดสันติสุขทางกาย วาจา เป็นประการต้น

๒. สอนให้ฝึกหัดให้เกิดสันติสุขทางใจด้วย **สมาธิ** หัดใจไม่ให้คิดถึงเรื่องความกำหนัด

ความโกรธ

ความโลภ

ความหลง

ความกลัว

ความฟุ้งซ่านรำคาญ

ความลังเลใจ ทำให้ใจไม่เด็ดเดี่ยว ไม่เด็ดขาด เมื่อละสิ่งเหล่านี้ได้ เป็นเหตุให้ใจสงบ เป็นสันติสุขทางจิตใจอีกประการหนึ่ง

๓. ทรงสอนให้ฝึกหัดให้เกิดสันติสุข ทางทิฏฐิ ความเห็นด้วย ปัญญา

พิจารณาให้เห็นว่า

สรรพสิ่งทั้งหลายไม่แน่นอน เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง คงทนอยู่ไม่ได้ ต้องเสื่อมสิ้นแปรปรวน ดับไป เรียกว่าเป็น ทุกข์

ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา อ้อนวอน ขอร้อง เร่งรัด ให้เป็นไปตามความประสงค์ท่านเรียกว่า อนัตตา

เมื่อเรารู้เห็นความเป็นจริงเช่นนี้ จะทำให้จิตใจ ของเราเข้มแข็ง มั่นคง เด็ดเดี่ยวไม่หวั่นไหวไปตามเหตุ การณ์ทั้งหลาย

เพราะรู้เห็นตามความเป็นจริงด้วย ปัญญา ว่าสิ่ง เหล่านั้นมันไม่แน่นอน

มันคงอยู่ไม่ได้ ต้องเปลี่ยนแปลง เสื่อมสิ้นดับไป

ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาผ่าผืนของเรา

อย่าไปเร่งรัดให้เสียกำลังใจ

คงรักษาใจให้เป็นอิสระมั่นคงอยู่เสมอ

ไม่หวั่นไหวไปตามเหตุการณ์เหล่านั้น

เป็นเหตุให้ใจตั้งอยู่ในสันติสุข

เป็นอิสระ เกิดอำนาจทางจิต Mind Power ที่จะใช้ทำกิจกรณียะอันเป็นหน้าที่ของตนได้สำเร็จสมประสงค์

"นตฺถิ สนฺติ ปรํ สุขํ

สุขอื่นยิ่งกว่าความสงบไม่มี"

It needs a Peaceful Mind to support a Peaceful Body, and it needs a Peaceful Body to support a Peaceful Mind, and it needs Both Peaceful Body and Mind to attain all success that which you wish

๕ ทำอะไรไม่ผิดเลย ก็คือไม่ทำอะไรเลย

"DO NO WRONG IS DO

NOTHING"

จงระลึกถึงคติพจน์ ว่า "Do no wrong is do nothing!" "ทำอะไรไม่ผิดเลย ก็คือ ไม่ทำอะไรเลย!"

ความผิดนี้แหละ เป็นครูอย่างดี ควรจะรู้สึกบุญคุณของตัวเองที่ทำ อะไรผิด พลาดและควรสบายใจที่ได้พบ

กับอาจารย์ผู้วิเศษคือความผิด จะได้ตรงกับคำว่า "เจ็บแล้ว ต้องจำ!" ตัวทำเอง ผิดเอง นี่แหละ เป็นอาจารย์ผู้วิเศษ เป็น Good example ตัวอย่างที่ดี เพื่อจะได้จดจำไว้สังวร ระวังไม่ให้ผิดต่อไป แล้วตั้งต้นใหม่ด้วยความไม่เลินเล่อ เผลอประมาท อดีตที่ผิดไปแล้วก็ผ่านพ้นล่วงเลยไปแล้ว แต่อาจารย์ผู้วิเศษยังคงอยู่ คอยกระซิบเตือนใจอยู่เสมอทุก ขณะ ว่า "ระวัง! อย่าประมาทนะ! อย่าให้ผิดพลาด เช่นนี้อีกนะ!"

ผิดหนึ่งพึงจดไว้ ในสมอง
เร่งระวังผิดสอง ภายหน้า
สามผิดเร่งคิดตรอง จงหนัก เพื่อนเอย
ถึงสี่อีกที่ห้า หกซ้ำอภัยไฉน!

จงสังเกตพิจารณาดูให้ดีเถิด จะเห็นได้ว่า นักค้นคว้าวิทยาศาสตร์ทางโลกก็ดี และท่านผู้วิเศษที่เป็นศาสดาจารย์ในทางธรรมทั้งหลายก็ดี ล้วนแต่ผ่านพ้นอุปสรรคความผิดพลาดนับครั้งไม่ถ้วนมาแล้วด้วยกันทุกท่าน

๖ สติสัมปชัญญะ

(ความระลึกได้ และความรู้ตัว)

ที่จะทำอะไรไม่ผิดนั้น ข้อสำคัญอยู่ที่สติถ้ามีสติคุ้มครองกายวาจาใจอยู่ทุกขณะ จะทำอะไรไม่ผิดพลาดเลย ที่ผิดพลาดเพราะขาดสติ คือ เผลอ เหม่อ เลินเล่อ ประมาท ระเริง หลงลืมจึงผิดพลาด จนนึกถึงคติพจน์ว่า "กุมสติต่างโล่ป้อง อาจแกล้วกลางสนาม"

ธรรมดาชีวิตทุกชีวิต ทั้งมนุษย์และสัตว์ตลอดทั้งพืชพันธุ์พฤกษาชาติ เป็นอยู่ได้ด้วยการต่อสู้ตรงกับคำว่า "Life is fighting" "ชีวิตคือการต่อสู้" เมื่อต่อสู้ไม่ไหวขณะใดก็ต้องถึงที่สุดแห่งชีวิต คือ death ความตาย เพราะฉะนั้นยังมีสติอยู่ตราบใด ถึงตายก็ตายแต่กาย เช่นกับชีวิตของพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ท่านมีสติไพบูลย์อยู่ทุกขณะจิต ท่านจึงทำอะไรไม่ผิดและถึงซึ่งอมตธรรม คือธรรมที่ไม่ตาย ตรงกับคำว่า immortal จึงเรียกว่า ปรินิพพาน คือนามรูปสังขารร่างกายที่เรียกว่าเบญจขันธ์ ขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณแตกดับไปเท่านั้น

เพราะฉะนั้น ควรฝึกฝนสติ (ความระลึกรู้ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด) สัมปชัญญะ (รู้ตัวอยู่ทุกขณะที่กำลังทำอยู่ พูดอยู่ คิดอยู่) เมื่อทำเสร็จแล้ว ก็มีสติตรวจตราพิจารณาดูว่าบกพร่องอย่างไร หรือเรียบร้อยบริบูรณ์ดี ถ้าบกพร่องก็รีบแก้ไขเพื่อให้สมบูรณ์ต่อไป ถ้าเรียบร้อยดีอยู่แล้ว ก็พยายามให้เรียบร้อยดียิ่ง ๆ ขึ้นไปจนถึงที่สุด

๗ อานุภาพของไตรสิกขา

คือ

ศีล สมาธิ ปัญญา

ด้วยอานุภาพของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา นี้แล จึงชนะข้าศึก คือ กิเลส อย่างหยาบ อย่างกลาง และอย่างละเอียดได้ !

๑. ชนะความหยาบคาย ซึ่งเป็นกิเลสอย่างหยาบที่ล่วงทางกายวาจาได้ ด้วยศีล !

ชนะความยินดียินร้าย หลงรัก หลงชัง ซึ่งเป็นกิเลสอย่างกลางที่เกิดในใจได้ ด้วยสมาธิ !

ชนะความเข้าใจ รู้ผิด เห็นผิด จากความเป็นจริงของสังขารซึ่งเป็นกิเลสอย่างละเอียดได้ ด้วยปัญญา !

๒. ผู้ใดศึกษาและปฏิบัติตามไตรสิกขาคือ ศีล สมาธิ ปัญญานี้ โดยพร้อมมูล บริบูรณ์ สมบูรณ์แล้ว ผู้นั้นจึงเป็นผู้พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ เป็นแน่นอน ไม่ต้องสงสัยเลย!

เพราะฉะนั้น จึงควรสนใจ เอาใจใส่ ตั้งใจศึกษาและปฏิบัติตามไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา นี้ ทุกเมื่อเทอญ

๘ ดอกมะลิ

ดอกมะลิ เป็นดอกไม้ที่ถูกรับรองแล้วว่าเป็นดอกไม้ที่หอมเย็นชื่นใจที่สุดและขาวบริสุทธิ์ที่สุด ในบรรดาดอกไม้ทั้งหลาย

ชีวิตของมนุษย์ที่เป็นอยู่ก็เช่นเดียวกับการเล่นละครขอให้เป็นตัวเอกที่มีชื่อเสียงที่สุดเช่นเดียวหรือลักษณะเดียวกับดอกมะลิ อย่าเป็นตัวผู้ร้ายที่เลวที่สุด และให้เห็นว่าดอกมะลินี้จะบานเต็มที่เพียง ๒-๓ วัน ก็จะเหี่ยวเฉาไป

ฉะนั้น ขอให้ทำตัวให้ดีที่สุด เมื่อยังมีชีวิตอยู่ให้หอมที่สุดเหมือนดอกมะลิที่เริ่มแย้มบานฉะนั้น

"จงเลือกทำแต่กรรมที่ดี ๆ"

๙ "ทำดี ดีกว่าขอพร"

"จงเลือกทำแต่กรรมที่ดี ๆ นะ!"

เตือนให้เตรียมตัวไว้ดำเนินชีวิตต่อไปเป็นคำแทนคำอวยพรอย่างสูงสุดประกอบด้วยเหตุผล เมื่อทำกรรมดีแล้ว ไม่ให้พรก็ต้องดี เมื่อทำชั่วแล้วจะมาเสกสรรปั้นแต่งอวยพรอย่างไรก็ดีไม่ได้ ทำชั่วเหมือนโยนหินลงน้ำหินจะต้องจมทันทีไม่มีผู้วิเศษใด ๆ จะมาเสกเป่าอวยพรอ้อนวอนขอร้องให้หินลอยขึ้นมาได้ ทำกรรมชั่วจะต้องล่มจมป่นปี้เสียราศีเกียรติคุณชื่อเสียง เหมือนก้อนหินหนักจมลงไปอยู่กับโคลนใต้น้ำ ทำดีเหมือนน้ำมันเบา เมื่อเทลงน้ำ ย่อมลอยเป็นประกายมันปลาบอยู่เหนือน้ำ

ทำกรรมดีย่อมมีสง่าราศี มีเกียรติคุณชื่อเสียง มีแต่คนเคารพนับถือยกย่องบูชาเฟื่องฟุ้งฟูลอยน้ำ เหมือนน้ำมันลอย ถึงจะมีศัตรูหมู่ร้ายจงใจเกลียดชังมุ่งร้าย อิจฉาริษยาแช่งด่าให้จมก็ ไม่สามารถจะเป็น ไปได้กลับจะแพ้เป็นภัยแก่ตัวเอง ขอให้จงตั้งใจกล้าหาญพยายามทำแต่กรรมดี ๆ โดยไม่มีความเกรงกลัวหวั่นไหวต่ออุปสรรคใด ๆ ทั้งสิ้น ผู้ที่มีความเลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัยผู้ที่มีความสุขแลผู้ที่มีความเจริญ ประสงค์ใดสำเร็จสมประสงค์ ก็คือผู้ที่ประกอบกรรมทำแต่ความดีอย่างเดียวนั้นเอง

กฎธรรมดาของมนุษย์ภาพ

เครื่องบำรุงกายให้ผาสุก อาหาร อากาศ แสงสว่าง น้ำ ความสะอาด การนุ่งห่ม การใช้กำลัง ความพัก

อุบายสำหรับประพฤติตัว

๑. ความพำนักตัว

มาตรา ๑ จงมีความเชื่อถือในตัวของตัวเอง รีบคิดตั้งตัวเองอย่ามุ่งต่อความอุปถัมภ์ค้ำจุนของท่านผู้อื่น จงมีศรัทธาของตัวเอง ไว้สู้สงครามของตัวเอง ด้วยกำลังของตัว คือ อุตสาหะศึกษาให้เป็นคนมีสติปัญญาความคิด ประกอบกิจธุระของตนตามลำพัง

มาตรา ๒ ถ้าการนั้นยังต้องพึ่งผู้อื่น ก็จงออกกำลังกาย กำลังความคิด กำลังทรัพย์อย่างใดอย่างหนึ่ง ให้เขาได้รับผลคุ้มกัน หรือเต็มสามารถของตน ที่จะพึงทำให้ได้ อย่าคิดพึ่งเขาเปล่าเช่นนี้ ก็ยังนับว่าเลี้ยงชีพของตัวด้วยกำลังของตัวเอง

มาตรา ๓ ถ้ายังไม่สามารถด้วยประการนั้น จำจะต้องพึ่งเขาเปล่าจะคิดตอบแทนอุปการะเขาเมื่อภายหลัง ตามสถานที่ควร

ผู้ละเมิด กฎ ๓ มาตรานี้ แต่อย่างใด อย่างหนึ่งจะต้องรับโทษ ๓ สถาน คือ

ตั้งตัวไม่ได้

ไม่ได้รับความเจริญตลอดชีวิต

เป็นคนอกตัญญู อย่างใดอย่างหนึ่งโดยควรแก่โทษานุโทษใครเป็นผู้ตั้งกฎนี้ไว้ เมื่อมีผู้ละเมิดใครจะเป็นผู้ลงโทษ ธรรมดาเป็นผู้ตั้งกฎนี้ไว้ ธรรมดาจะเป็นผู้ลงโทษแก่ผู้ละเมิด ผู้ละเมิดกฎธรรมดาตั้งไว้ จะขอกรุณางดโทษ หรือแบ่งให้เบาลง หรือจะหลบหนีให้พ้นดุจผู้ละเมิดกฎที่มนุษย์ตั้งดังนี้เป็นอันไม่ได้

๒. ความประพฤติยั่งยืนไม่จืดจาง

มาตรา ๔ จงประพฤติยั่งยืน คือมีความพอใจแน่นอนในกิจที่ตัวประกอบ อย่าจืดจางเสียเร็ว อดทนเพียรประกอบไปโดยลำดับ

มาตรา ๕ จงรีบกระตือรือร้นประกอบกิจนั้น ให้ทันกาลทันสมัย อย่าให้ล่วงกาลไปได้

มาตรา ๖ จงประพฤติแม่นยำอยู่ในกิจที่ประกอบ ระวังอย่าให้คลาดเคลื่อนไปได้ คือจะประพฤติอะไรก็ให้ได้จริง

ผู้ละเมิดกฎ ๓ มาตรานี้ แต่อย่างใดอย่างหนึ่ง จะต้องรับโทษ ๒ สถาน คือทำอะไรไม่สำเร็จ และไม่เป็นที่เชื่อถือของผู้อื่น

ทั้ง ๒ อย่างหรือแต่อย่างใด อย่างหนึ่ง โดยควรแก่โทษานุโทษ กฎนี้ธรรมดาตั้งไว้เหมือนกัน

๓. ความมุ่งลงเป็นหนึ่ง

มาตรา ๗ เมื่อประกอบกิจอะไร จงมีความพอใจลงเป็นหนึ่งถึงกับจะกล่าวได้ว่า เห็นกิจอื่นทั้งหมดเหมือนหาประโยชน์มิได้ไปชั่วคราวหนึ่ง

มาตรา ๘ จงทุ่มเทอุตสาหะทั้งหมดลงในกิจนั้นอย่างเดียว ดำเนินตรงไปเฉพาะกิจนั้น ไม่เหลียวซ้ายแลขวา กล่าวคือตั้งหน้าประกอบกิจนั้น ไม่หันเหไปในกิจอื่น ๆ มุ่งแต่จะให้สำเร็จจงได้

ผู้ละเมิดกฎ ๒ มาตรานี้ แต่อย่างใดอย่างหนึ่ง จะต้องรับโทษคือ ประกอบการไม่มีอันไพบูลย์ กฎนี้ธรรมดาตั้งไว้เหมือนกัน

๔. ความสำเร็จและความพลาด

มาตรา ๙ จงตั้งตนเหมือนคนผู้อยากจะเบียดเข้าไปในประตูอันมีหมู่คนออแน่น ต่างคนต่างอยากจะเบียดเข้าไป เขาพึงยันพื้นให้แน่นและแหวกเข้าไปเต็มแรง อย่ายืนนิ่งเสียเพราะทำเช่นนั้นเป็นการให้สิ้นที่หวัง

มาตรา ๑๐ เขาพึงตั้งอุตสาหะเพื่อประกอบการงานอย่างยวดยิ่งให้สุดสามารถที่จะทำได้ จงเป็นคนไหวพริบอดทน ทำงานแข็ง ระวังอย่าให้ล่วงคราว จะเป็นคนซื่อตรง อย่าเข้มงวด และตั้งใจเพื่อให้ดีที่สุด ผู้ประกอบด้วยองค์คุณเช่นว่านี้ แม้พลาดไปไม่ถึงที่สุด แห่งความปรารถนา เขาจะทำการกิริยาด้วยรู้สึกภูมิใจว่าได้ทำดีที่สุดนี่แลอย่างต่ำก็เป็นความสำเร็จอันแท้ที่สุด ซึ่งคนจะพึงปรารถนาได้

๕. ความสำเร็จแท้และความสำเร็จเทียม

มาตรา ๑๑ เมื่อพบสิ่งใดว่าเป็นหน้าที่ของตนแล้ว พึงมุ่งหมายทำสิ่งนั้นให้ดีที่สุด โดยเต็มปัญญาอุตสาหะ

มาตรา ๑๒ จะเป็นผู้รีบกระตือรือร้น หมั่นเอาใจใส่เพื่อการนั้นสำเร็จโดยชอบ ถ้าจะประกอบให้สำเร็จไม่ได้โดยแท้แล้ว ก็พึงทำให้ดีที่สุด ตามการซึ่งจะพึงทำได้ รองเป็นลำดับลงมา

ผู้ล่วงกฎ ๒ มาตรานี้ จะต้องมีโทษคือ หาชื่อเสียงมิได้ กฎนี้ธรรมดาตั้งไว้เหมือนกัน

๖. ความละเอียดลออ

คือความเอาใจใส่ในของเล็กน้อย

มาตรา ๑๓ จงจำคำสุภาษิตว่า "ช้าเป็นการนานเป็นคุณ" เอามาใช้ในลักษณะนี้ให้ถูกต้อง จะประกอบการอะไรอย่าให้มักง่าย โดยเห็นแก่แล้วเร็ว จงเอาใจใส่ในการนั้นให้รอบคอบ การนั้นจึงจะสำเร็จด้วยดี ไม่ต้องกลัวแต่การช้า เพราะว่าเมื่อความชำชองมีอยู่แล้ว ก็คงทำได้เร็วขึ้นโดยลำดับอยู่เอง

มาตรา ๑๔ จงจำคำสุภาษิตว่า "สิบเบี้ยใกล้มือ ยี่สิบเบี้ยไกลมือ มาใช้ในลักษณะนี้ให้ถูกต้อง จงเป็นคนละเอียดลออ อุตสาหะเก็บเล็กผสมน้อย ระวังตนอย่าให้ต้องตามสุภาษิตซึ่งติเตียนว่า "โลภมากลาภหาย" หรือว่า "หมายน้ำตัดกระบอก"

ผู้ล่วงกฎ ๒ มาตรานี้ จะต้องโทษคือ ทำอะไรไม่ดีได้ แลไม่ได้ประสบผลอันไพบูลย์ กฎนี้ธรรมดาตั้งไว้เหมือนกัน

อุดมมงคลธรรมประทีป

ประนมกรก่อนกล่าวธรรมมงคลยิ่ง
เป็นขวัญมิ่งมวลเทพปราชญ์ราษฎร์ทั่วหล้า
ผิวผิดพลาดพลั้งไปใคร่ขอขมา
เชิญปราชญ์พาหาคำควรด่วนอบรม

แม้มีการต่อเติมเสริมแต่งบ้าง
ตามแบบอย่างสำนวนกลอนสุนทรสม
ยึดเป็นหลักปักไว้ในคำคม
องค์บรมสัมมาพุทธาจารย์

๑. ไม่เสพคนพาล

การไม่คบคนพาลสันดานหยาบ
จะพ้นบาปพ้นอบายหลายสถาน
จะพ้นทุกข์พบสุขทุกประการ
เว้นคบพาลพาให้ไร้ราคี

๒. เสพบัณฑิต

การคบหาบัณฑิตยิ่งผลิตผล
ตามยุคลพุทธบาทมุนีศรี
จักประสบพบแต่สิ่งที่ดีดี
เพราะเป็นที่ก่อเกิดเทิดปัญญา

๓. บูชาผู้ควรบูชา

บูชาท่านผู้เป็นปูชนีย์นั้น
ย่อมตั้งมั่นด้วยคุณบุญรักษา
เป็นธรรมะปฏิบัติที่ดีนา
การบูชาเป็นมงคลผลมากมี

๔. อยู่ในประเทศอันสมควร

การอยู่ในประเทศเขตเหมาะสม
แดนอุดมปวงปราชญ์ราชเศรษฐี
ทรงปัญญาทรงธรรมล้ำอารี
แม่น้ำดีแพทย์การุญอุ่นอกครัน

๕. มีบุญได้ทำไว้ในกาลก่อน

มีบุญได้ทำไว้ในกาลก่อน
อุดมพรก่อเกิดเลิศสุขสันต์
ประสบสิ่งมิ่งมงคลผลอนันต์
ศรัทธามั่นจิตสดใสไร้กังวล

๖. ตั้งตนไว้ชอบ

การวางตนไว้ในทางที่ชอบ
มุ่งประกอบกรรมดีมีกุศล
ปฏิบัติขจัดกิเลสเหตุมืดมน
ประเสริฐล้นพ้นอุปสรรคมรรคครรไล

๗. ความเป็นพหูสูต

ผู้ใดได้สดับตรับฟังมาก
มีวิบากเป็นกุศลพ้นสงสัย
พหูสูตรู้ธรรมเลิศอำไพ
หมั่นฟังไว้ดีแน่นอนก่อนวางวาย

๘. ศิลปะ

มีศิลปะจะช่วยอำนวยผล
ไม่ยากจนเหมือนมีทรัพย์นับมากหลาย
จะพ้นความเหนื่อยยากลำบากกาย
งานสบายศิลป์ช่วยอวยทวี

๙. วินัยอันศึกษาดีแล้ว

การศึกษาวินัยดีมีศีลไว้
ปฏิบัติไปตามด้วยสวยสมศรี
จะพ้นบาปพ้นทุกข์สุขมากมี
วินัยดีกลิ่นอวลหอมทวนลม

๑๐. วาจาสุภาษิต

วาจาดีที่ไพเราะเสนาะจิต
สุภาษิตสรรค์สร้างทางเหมาะสม
วาจาดีศรีแก่ตนชนนิยม
บัณฑิตชมเอกอุกุศลนา

๑๑. บำรุงมารดาบิดา

บุตรบำรุงมุ่งเลี้ยงมาตาปิตุ
มีเอกอุกุศลกรรมล้ำเลิศหนา
ปฏิบัติอุปัฏฐากเฒ่าชรา
กตัญญุตาสมเป็นบุตรสุดชีวี

๑๒. สงเคราะห์บุตร

สงเคราะห์บุตรสุดดีให้มีสุข
นอนนั่งลุกดื่มถ่ายไม่หน่ายหนี
หมั่นอบรมบ่มนิสัยให้เรียนดี
เติบใหญ่มีปัญญาพาสำราญ

๑๓. สงเคราะห์ภรรยา

สงเคราะห์ภรรยาปรานีไมตรีจิต
เป็นมิ่งมิตรนำสุขทุกสถาน
ดำรงอยู่คู่บารมีศรีวงศ์วาน
ตลอดกาลนิรทุกข์สุขใจกาย

๑๔. การทำงานทั้งหลายไม่คั่งค้าง

การเป็นผู้ทำงานไม่คั่งค้าง
ทำลายล้างห่างสิ้นข้อเสียหาย
เหนื่อยไปก่อนตอนภายหลังจึงสบาย
นับว่าได้บรรลุคุณูปการ

๑๕. การให้ทาน

บำเพ็ญทานเหมือนหว่านพืชย่อมมีผล
อุดมมงคลให้ไกลสงสาร
ไม่อดอยากปากแห้งตลอดกาล
บริจาคทานอริยทรัพย์นับมากมี

๑๖. ความประพฤติธรรม

การมีธรรมานุธรรมปฏิบัติ
จะขจัดกิเลสได้คลายหมองศรี
กิเลสหายคลายทุกข์สุขทวี
เมื่อทำดีย่อมได้ดีศรีสุขนา

๑๗. สงเคราะห์วงศ์ญาติ

การสงเคราะห์วงศาคณาญาติ
มิควรขาดควรทำทุกคนหนา
ญาติทั้งหลายคล้ายแหล่งแห่งบุญญา
ทุกถ้วนหน้าผาสุกทุกข์มลาย

๑๘. งานการที่ไม่มีโทษ

งานการที่ไม่มีโทษเป็นผล
เหมือนกับตนพ้นทุกข์โทษสลาย
เหตุกับผลตรงกันไม่กลับกลาย
หวังสบายคลายฉงนสนเท่ห์ที

๑๙. งดเว้นจากบาป

การละเว้นจากบาปอกุศล
ย่อมนำตนสู่คุณบุญราศรี
ไม่มีบาปมีแต่บุญคุณความดี
ทั้งชาตินี้ชาติหน้าพายิ่งยง

๒๐. สำรวมจากการดื่มน้ำเมา

สำรวมจากเสพสุรายาเมานั้น
ไม่ตายพลันบั่นรอนโลภโกรธหลง
ไม่ประมาทมีสติอันมั่นคง
มุ่งธำรงตนดีศรีลำเพ็ญ

๒๑. ไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย

ไม่ประมาทฉลาดล้ำในธรรมเลิศ
จักชูเชิดเทิดสติมิทุกข์เข็ญ
เกิดปัญญาพาผ่องใสไร้ลำเค็ญ
อยากอยู่เย็นเว้นประมาทคลาดความตาย

๒๒. ความเคารพ

คารวะพระไตรรัตน์จรัสแสง
กุศลแรงเลิศล้ำนำเฉิดฉาย
น้อมเคารพนบผู้ใหญ่ถ่อมใจกาย
บุญมากมายเหลือล้นพ้นพรรณนา

๒๓. ไม่จองหอง

ไม่จองหองพองขนจนสามหาว
ไม่ก้าวร้าวผู้ใหญ่ให้เศร้าหนา
สงบเสงี่ยมเจียมตัวทั่วกายา
มีวาจาเพริศพริ้งยิ่งบวร

๒๔. สันโดษ

สันโดษยินดีที่ได้โดยทางชอบ
ตามระบอบพุทธธรรมคำสั่งสอน
กอปรสัมมาอาชีพรีบอาทร
เพียรแน่นอนสันโดษด้วยช่วยสบาย

๒๕. กตัญญู

กตัญญูรู้คุณท่านแล้วทำตอบ
มีบุญชอบค่ามากพ้นล้นเหลือหลาย
เป็นสมบัติของผู้ดีศรีมากมาย
ประดับกายประดับใจให้โสภา

๒๖. ฟังธรรมตามกาล

สดับตรับธรรมตามกาลอันเหมาะสม
บัณฑิตนิยมยกย่องว่าดีหนา
ไม่ควรให้โอกาสคลาดแคล้วคลา
กาลเวลาตามล่าสัตว์ทุกชีวี

๒๗. ความอดทน

ขันติเป็นตบะของผองปราชญ์
คนฉลาดควรหาไว้ใส่เกศี
ขันติธรรมนำมาบารมี
อดทนดีผาสุกทุกข์เลิกลา

๒๘. ความเป็นผู้ว่าง่าย

ความเป็นผู้ว่าง่ายคลายมานะ
มีสัจจะเชื่อฟังหวังศึกษา
ศีลปะวัฒนธรรมหมั่นนำพา
เกิดปัญญาบารมีศรีสุขครอง

๒๙. การพบเห็นสมณะ

การพบพระสมณะเขตบุญบ่อย
พระจะคอยปลดเปลื้องเครื่องเศร้าหมอง
กิเลสพันห้าตัณหาร้อยแปดนอง
เป็นเครื่องดองจิตใจให้บางเบา

๓๐. สนทนาธรรมตามกาล

สนทนาธรรมตามกาลนั้นล้ำเลิศ
แสนประเสริฐพาหายคลายโง่เขลา
คนจะดีด้วยมีธรรมมาขัดเกลา
ดวงจิตเข้ากระแสธรรมนำเปรมปรีดิ์

๓๑. การบำเพ็ญตบะ

ตบะความเพียรเพ่งเร่งเผากิเลส
เป็นมูลเหตุก่อทุกข์สุขหน่ายหนี
กิเลสร้อนถอนทุกข์สุขมากมี
เนกขัมดีศรีสุขเข้ามาครอง

๓๒. การประพฤติพรหมจรรย์

การประพฤติพรหมจรรย์นั้นประเสริฐ
เป็นบ่อเกิดปรมัตถ์สัจจะสนอง
สภาวธรรมทั้งมวลควรไตร่ตรอง
ไม่ติดข้องสมมุติหลุดทุกข์นา

๓๓. การเห็นอริยสัจ

อริยสัจความจริงยิ่งล้ำเลิศ
เป็นแดนเกิดสันติสุขสิ้นทุกข์หนา
อริยสัจตรัสรู้โดยพระสัมมา
มีทุกขาสมุทัยนิโรธมรรคหลักชัย

๓๔. การทำพระนิพพานให้แจ้ง

ทำพระนิพพานให้แจ้งแสดงชัด
ผลปฏิบัติวิปัสสนาพาผ่องใส
หมดกิเลสเหตุล่วงล่อก่อทุกข์ภัย
ประจักษ์ในพระไตรลักษณ์สู่นิพพาน

๓๕. จิตถูกโลกธรรมถูกต้องไม่หวั่นไหว

จิตถูกโลกธรรมครอบงำไม่หวั่นไหว
รู้ชัดในปัจจัยของสังขาร
ชอบมิชอบเลิกละแล้วแคล้วบ่วงมาร
กมลสันดานบริสุทธิ์หลุดจากภัย

๓๖. เป็นจิตไม่ยินร้าย

จิตที่ไม่ยินร้ายฝ่ายมิชอบ
อันประกอบอนิฏฐารมณ์ไม่สงสัย
เสื่อมลาภยศนินทาทุกข์หมดทุกข์ใจ
ตั้งอยู่ในวิมุตติหยุดจาบัล

๓๗. เป็นจิตไม่ยินดี

จิตไม่ยินดีติดใจฝ่ายที่ชอบ
อันประกอบอิฏฐารมณ์มาเสกสรร
ลาภยศสรรเสริญสุขใกล้ไม่ผูกพัน
รู้เท่าทันโลกธรรมนำสันติมา

๓๘. เป็นจิตเกษม

จิตเกษมหลุดพ้นภัยในสงสาร
ชนะมารหมดกิเลสเหตุทุกขา
อนิจจังทุกขังอนัตตา
ไตรลักษณ์พาวิสุทธิ์วิมุตติครัน

จบอุดมมงคลธรรมล้ำเลิศค่า
ปวงเทวาและมนุษย์สุดสุขสันต์
พุทธองค์ทรงตรัสแล้วแม้นานวัน
คุณยังมั่นค่ายังคงส่งปัญญา

ฉะนั้นไซร้ใคร่เชิญชวนทุกทุกท่าน
มนสิการกำหนดจิตคิดเสาะหา
ธรรมวิสุทธิ์พุทธศาสดา
ตรัสรู้พาล้นพ้นมงคลเอย ฯ

●

ทำวัตรเช้า

(เมื่อหัวหน้าจุดธูปเทียน พระภิกษุสามเณรทุกรูป คุกเข่าประนมมือพร้อมกัน หัวหน้านำ ว่าตามทีละตอน)

(หยุดตามเครื่องหมาย)

(นำ) โย โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ,
สฺวากขาโต เยนะ ภะคะวะตา ธัมโม,
สุปะฏิปันโน ยัสสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,
ตัมมะยัง ภะคะวันตัง สะธัมมัง สะสังฆัง,
อิเมหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ อะภิปูชะยามะ, สาธุ โน ภันเต ภะคะวา สุจิระปะรินิพพุโตปิ, ปัจฉิมาชะนะตานุกัมปะมานะสา,
อิเม สักกาเร ทุคคะตะปัณณาการะภูเต ปะฏิคคัณหาตุ, อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

(นำ) อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา,
(นำ) พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ, (กราบ)

(นำ) สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,

(นำ) ธัมมัง นะมัสสามิ. (กราบ)

(นำ) สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

(นำ) สังฆัง นะมามิ. (กราบ)

(นำ) หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภะคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส.

(รับ) นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

(นำ) หันทะ มะยัง พุทธาภิถุติง กะโรมะ เส.

(รับ) โย โส ตะถาคะโต อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, วิชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู. อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถาเทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวา, โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพรัหมะกัง, สัสสะมะณะพราหมะณิง ปะชัง สะเทวะมะนุสสัง สะยัง อภิญญา สัจฉิกัตะ

วา ปะเวเทสิ, โย ธัมมัง เทเสสิ อาทิกัล๎ยาณัง มัชเฌกัล๎ยาณัง ปะริโยสานะกัล๎ยาณัง, สาตถัง สัพ๎ยัญชะนัง เกวะละปะริปุณณัง, ปะริสุทธัง พรัหมะจะริยัง ปะกาเสสิ, ตะมะหัง ภะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ ตะมะหัง ภะคะวันตัง สิระสา นะมามิ. (กราบ)

(นำ) หันทะ มะยัง ธัมมาภิถุติง กะโรมะ เส.

(รับ) โย โส ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ, ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ ตะมะหัง ธัมมัง สิระสา นะมามิ. (กราบ)

(นำ) หันทะ มะยัง สังฆาภิถุติง กะโรมะ เส.

(รับ) โย โส สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ. ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเณยโย อัญชะลีกะระณีโย.

อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ, ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ ตะมะหัง สังฆัง สิระสา นะมามิ. (กราบ)

(นั่งพับเพียบ)

(นำ) หันทะ มะยัง ระตะนัตตะยัปปะณามะคาถาโย เจวะ สังเวคะ ปะริกิตตะนะ ปาฐัญจะ ภะณามะ เส.

(ถ้าจะสวดเฉพาะ พุทโธ สุสุทโธ ปะภาวะสิทธิยา ไม่ต่อ อิธะ ตะถาคะโต นำเพียงครึ่งเดียวว่า หันทะ มะยัง ระตะนัตตะยัปปะณามะคาถาโย ภะณามะ เส.)

(รับ) พุทโธ สุสุทโธ กะรุณามะหัณณะโว,
โยจจันตะสุทธัพพะระญาณะโลจะโน,
โลกัสสะ ปาปูปะกิเลสะฆาตะโก,
วันทามิ พุทธัง อะหะมาทะเรนะ ตัง
ธัมโม ปะทีโป วิยะ ตัสสะ สัตถุโน,
โย มัคคะปากามะตะเภทะภินนะโก
โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตถะทีปะโน
วันทามิ ธัมมัง อะหะมาทะเรนะ ตัง,
สังโฆ สุเขตตาภ๎ยะติเขตตะสัญญิโต,

โย ทิฏฐะสันโต สุคะตานุโพธะโก,
โลลัปปะหีโน อะริโย สุเมธะโส,
วันทามิ สังฆัง อะหะมาทะเรนะ ตัง,
อิจเจวะเมกันตะภิปูชะเนยยะกัง,
วัตถุตตะยัง วันทะยะตาภิสังขะตัง,
ปุญญัง มะยา ยัง มะมะ สัพพุปัททะวา,
มา โหนตุเว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยาฯ

อิธะ ตะถาคะโต โลเก อุปปันโน อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, ธัมโม จะ เทสิโต นิยยานิโก อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก สัมโพธะคามี สุคะตัปปะเวทิโต, มะยันตัง ธัมมัง สุต๎วา เอวังชานามะ, ชาติปิ ทุกขา ชะราปิ ทุกขา มะระณัมปิ ทุกขัง, โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา, อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข ปิเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง, สังขิตเตนะ ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา, เสยยะถีทัง, รูปูปาทานักขันโธ, เวทะนูปาทานักขันโธ, สัญญูปาทานักขันโธ, สังขารูปาทานักขันโธ, วิญญาณูปาทานัก

ขันโธ, เยสัง ปะริญญายะ, ธะระมาโน โส ภะคะวา, เอวัง พะหุลัง สาวะเก วิเนติ. เอวัง ภาคา จะ ปะนัสสะ ภะคะวะโต สาวะเกสุ อะนุสาสะนี พะหุลา ปะวัตตะติ, รูปั่ง อนิจจัง, เวทะนา อนิจจา, สัญญา อะนิจจา, สังขารา อะนิจจา, วิญญาณัง อะนิจจัง รูปั่ง อะนัตตา, เวทะนา อะนัตตา, สัญญา อะนัตตา, สังขารา อะนัตตา, วิญญาณัง อะนัตตา, สัพเพ สังขารา อะนิจจา, สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ, **เต มะยัง** โอติณณามะหะ ชาติยา ชะรามะระเณนะ, โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ อุปายาเสหิ, ทุกโขติณณา ทุกขะปะเรตา, อัปเปวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยา **ปั้ญญาเยถาติ** (จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภะคะวันตัง อุททิสสะ อะระหันตัง สัมมาสัมพุทธัง, สัทธา อะคาร์สะมา อะนะคาริยัง ปั่พพะชิตา, ต์สะมิง ภะคะวะติ พรัหมะจะริยัง จะรามะ, ภิกขูนัง **ภิกขูนัง สิกขาสาชีวะสะมาปั้นนา,** ตัง โน พรัหมะจะริยัง อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะ กิริยายะ สังวัตตะตูติ)

(สามเณรงดสวดคำว่า ภิกขูนัง สิกขาสาชีวะสะมาปั่นนา ที่ใช้อักษรดำ คฤหัสถ์สวด ตั้งแต่ อิธะ ตะถาคะโต จนถึง ปั่ญญาเยถาติ แล้วสวดดังนี้ จิระปะรินิพพุตัมปี ตัง ภะคะวันตัง สะระณัง คะตา, ธัมมัญจะ ภิกขุสังฆัญจะ ตัสสะ ภะคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ ยะถาพะลัง มะนะสิกะโรมะ, อะนุปะฏิปั่ชชามะ สา สา โน ปะฏิปั่ตติ, อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยายะ สังวัตตะตุ. ฯ อนึ่ง ถ้าหญิงสวด เต มะยัง ให้เปลี่ยนเป็น ตา มะยัง

ต่อจากนี้ไปนิยมสวด ธาตุปะฏิกูละปั่จจะเวกขะณะวิธี และตังขะณิกะปั่จจะเวกขะณะวิธี และบทอื่น ๆ ตามระเบียบของวัดนั้น ๆ ซึ่งไม่เหมือนกัน

ทำวัตรเย็น

(เมื่อหัวหน้าจุดธูปเทียน พระภิกษุสามเณรทุกรูป นั่งคุกเข่าประนมมือพร้อมกัน หัวหน้านำ ว่าตามทีละตอน)

(หยุดตามเครื่องหมาย,)

(นำ) โยโส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ,
สวากขาโต เยนะ ภะคะวะตา ธัมโม
สุปะฏิปันโน ยัสสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,
ตัมมะยัง ภะคะวันตัง สะธัมมัง สะสังฆัง,
อิเมหิ สักกาเรหิ ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ อะภิปูชะยามะ, สาธุ โน ภันเต ภะคะวา สุจิระปะรินิพพุโตปิ, ปัจฉิมาชะนะตานุกัมปะมานะสา,
อิเม สักกาเร ทุคคะตะปัณณาการะภูเต ปะฏิคคัณหาตุ, อัมหากัง ทีฆะรัตตัง หิตายะ สุขายะ.

(นำ) อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา,
(นำ) พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ. (กราบ)
(นำ) สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม

(นำ) ธัมมัง นะมัสสามิ. (กราบ)

(นำ) สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,

(นำ) สังฆัง นะมามิ. (กราบ)

(นำ) หันทะทานิ มะยัง ตัง ภะคะวันตัง วาจายะ อะภิคายิตุง ปุพพะภาคะนะมะการัญเจวะ พุทธานุสสะตินะยัญจะกะโรมะ เส.

(บางแห่งนำว่า) ยะมัมหะ โข มะยัง ภะคะวันตัง สะระณัง คะตา อะระหันตัง สัมมาสัมพุทธัง, ยัง ภะคะวันตัง อุททิสสะ ปัพพะชิตา, ยัสะมิง ภะคะวะติ พรัหมะจะริยัง จะรามะ, ตัมมะยัง ภะคะวันตัง สะธัมมัง, สะสังฆัง ยะถาระหัง อาโรปิเตหิ สักกาเรหิ อะภิปูชะยิต์วา อะภิวาทะนัง กะริมหา, หันทะทานิ มะยัง ตัง ภะคะวันตัง วาจายะ อะภิคายิตุง, ปุพพะภาคะนะมะการัญเจวะ พุทธานุสสะตินะยัญจะ กะโรมะ เสฯ

(รับ) นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ ตัง โข ปะนะ ภะคะวันตัง เอวัง

กัล๎ยาโณ กิตติสัทโท อัพภุคคะโต, อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู, อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถาเทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวาติ (หยุดระลึกถึงพระพุทธคุณ)

(นำ) หันทะ มะยัง พุทธาภิคีติง กะโรมะ เส

(รับ) พุทธ๎ะวาระหันตะวะระตาทิคุณาภิยุโต

สุทธาภิญาณะกะรุณาหิ สะมาคะตัตโต,

โพเธสิ โย สุชะนะตัง กะมะลังวะ สูโร,

วันทามะหัง ตะมะระณัง สิระสา ชิเนนทัง,

พุทโธ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง,

ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง,

พุทธัสสาหัส๎มิ ทาโส วะ พุทโธ เม สามิกิสสะโร,

พุทโธ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะเม,

พุทธัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง,

วันทันโตหัง จะริสสามิ พุทธัสเสวะ สุโพธิตัง,

นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง พุทโธ เม สะระณัง วะรัง,

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน,
พุทธัง เม วันทะมาเนนะ ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ
สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา

(หมอบลงว่า)

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,
พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,
พุทโธ ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง,
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ พุทเธ.

(นั่งคุกเข่าว่า)

(นำ) หันทะ มะยัง ธัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส
(รับ) ส๎วากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก
อะกาลิโก เอหิปัสสิโก, โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง
เวทิตัพโพ วิญญูหีติ.

(หยุดระลึกถึงพระธรรมคุณ)

(นำ) หันทะ มะยัง ธัมมาภิคีติง กะโรมะ เส.
(รับ) ส๎วากขาตะตาทิคุณะโยคะวะเสนะ เสยโย,
โย มัคคะปากะปะริยัตติวิโมกขะเภโท,

ธัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธารี,

วันทามะหัง ตะมะหะรัง วะระธัมมะเมตัง,

ธัมโม โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง.

ทุติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง

ธัมมัสสาหัส๎มิ ทาโส วะ ธัมโม เม สามิกิสสะโร,

ธัมโม ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม,

ธัมมัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง

วันทันโตหัง จะริสสามิ ธัมมัสเสวะ สุธัมมะตัง,

นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง ธัมโม เม สะระณัง วะรัง

เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน

ธัมมัง เม วันทะมาเนนะ ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ,

สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา,

(หมอบลงว่า)

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา,

ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,

ธัมโม ปฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง,

กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม.

(นั่งคุกเข่าว่า)

(นำ) หันทะ มะยัง สังฆานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส.

(รับ) สุปะฏิปั๎นโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุชุปะฏิปั๎นโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปั๎นโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สามีจิปะฏิปั๎นโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเณยโย อัญชะลีกะระณีโย. อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ. (หยุดระลึกถึงพระสังฆคุณ)

(นำ) หันทะ มะยัง สังฆาภิคีติง กะโรมะ เส.

(รับ) สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคุณาภิยุตโต,
โยฏฐัพพิโธ อะริยะปุคคะละสังฆะเสฏโฐ,
สีลาทิธัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต,
วันทามะหัง ตะมะริยานะ คะณัง สุสุทธัง,

สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง,
ตะติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง,
สังฆัสสาหัส๎มิ **ทาโส** วะ สังโฆ เม สามิกิสสะโร,

สังโฆ ทุกขัสสะ ฆาตา **จะ** วิธาตา จะ หิตัสสะ เม,
สังฆัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง,
วันทันโตหัง จะริสสามิ สังฆัสโสปะฏิปันนะตัง,
นัตถิ เม สะระณัง สังโฆ เม สะระณัง วะรัง,
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน,
สังฆัง เม **วันทะมาเนนะ** ยัง บุญญัง ปะสุตัง อิธะ,
สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา,

(หมอบลงว่า)

กาเย**นะ** วาจายะ วะ เจตะสา วา,
สังเฆ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง,
สังโฆ ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง,
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเฆ.

บทสวดมนต์บูชาพระประจำวันอาทิตย์

คนเกิดวันอาทิตย์ ควรมีพระพุทธรูปปางถวายเนตรไว้บูชา เป็นพระประจำวัน โมรปริต สวดวันละ ๖ จบ (หรืออย่างน้อย วันละ ๑ จบ)

อุเทตะยัญจักขุมา เอกะราชา หะริสสะวัณโณ ปะฐะวิปปะภาโส ตัง ตัง นะมัสสามิ หะริสสะวัณณัง ปะฐะวิปปะภาสัง ตะยัชชะ คุตตา วิหะเรมุ ทิวะสัง เย พราหมะณา เวทะคุ สัพพะธัมเม เต เม นะโม เต จะ มัง ปาละยันตุ นะมัตถุ พุทธานัง นะมัตถุ โพธิยา นะโม วิมุตตานัง นะโม วิมุตติยา อิมัง โส ปะริตตัง กัตวา โมโร จะระติ เอสะนาฯ

บทสวดมนต์บูชาพระประจำวันจันทร์

คนเกิดวันจันทร์ ควรมีพระพุทธรูปปางห้ามญาติไว้บูชา เป็นพระประจำวัน อภัยปริต สวดวันละ ๑๕ จบ (หรืออย่างน้อยวันละ ๑ จบ)

ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ โย จามะนาโป สะกุณัสสะ สัทโท ปาปั๋คคะโห ทุสสุปินัง อะกันตัง พุทธานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ ฯ

ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ โย จามะนาโป สะกุณัสสะ สัทโท ปาปั๋คคะโห ทุสสุปินัง อะกันตัง ธัมมานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ ฯ

ยันทุนนิมิตตัง อะวะมังคะลัญจะ โย จามะนาโป สะกุณัสสะ สัทโท ปาปั๋คคะโห ทุสสุปินัง อะกันตัง สังฆานุภาเวนะ วินาสะเมนตุ ฯ

บทสวดมนต์บูชาพระประจำวันอังคาร

คนเกิดวันอังคาร ควรมีพระพุทธรูปปางพุทธไสยาสน์ไว้บูชา เป็นพระประจำวัน ธชัคปริต สวดวันละ ๗ จบ (หรืออย่างน้อยวันละ ๑ จบ)

ยัสสานุสสะระเณนาปิ อันตะลิกเขปิ ปาณิโน ปะฏิฏฐะมะธิคัจฉันติ ภูมิยัง วิยะ สัพพะทา สัพพูปัททะวะชาลัมหา ยักขะโจราทิสัมภะวา คะณะนา นะ จะ มุตตานัง ปะริตตันตัมภะณามะเห ฯ

บทสวดมนต์บูชาพระประจำวันพุธ

คนเกิดวันพุธ ควรมีพระพุทธรูปปางอุ้มบาตรไว้บูชาเป็นพระประจำวัน ขันธปริต สวดวันละ ๑๗ จบ (หรืออย่างน้อยวันละ ๑ จบ)

สัพพาสีวิสะชาตีนัง ทิพพะมันตาคะทัง วิยะ ยันนาเสติ วิสัง โฆรัง เสสัญจาปิ ปะริสสะยัง อาณักเขตตัมปิ สัพพัตถะ สัพพะทา สัพพะปาณินัง สัพพะโสปิ นิวาเรติ ปะริตตันตัมภะณามะเห ฯ

บทสวดมนต์บูชาพระประจำวันพฤหัสบดี

คนเกิดวันพฤหัสบดี ควรมีพระพุทธรูปปางสมาธิไว้บูชา เป็นพระประจำวัน โมรปริต สวดวันละ ๑๙ จบ (หรืออย่างน้อยวันละ ๑ จบ)

ปูเรนตัมโพธิสัมภาเร นิพพัตตุง โมระโยนิยัง เยนะสังวิหิตารักขัง มะหาสัตตัง วะเนจะรา จิรัสสัง วายะมันตาปิ เนวะ สักขิงสุ คัณหิตุง พรหมะมันตันติ อักขาตัง ปะริตตันตัมภะณามะเห ฯ

บทสวดมนต์บูชาพระประจำวันศุกร์

คนเกิดวันศุกร์ ควรมีพระพุทธรูปปางทรงรำพึงไว้บูชาเป็นพระประจำวัน อาฏานาฏิยะปริต สวดวันละ ๒๑ จบ (หรืออย่างน้อยวันละ ๑ จบ)

อัปปะสันเนหิ นาถัสสะ สาสะเน สาธุ สัมมะเต อะมะนุสเสหิ จัณเฑหิ สะทา กิพพิสะการิภิ ปะริสสานัญจะตัสสันนะ มหิงสายะ จะ คุตติยา ยันเทเสสิ มหาวีโร ปะริตตันตัมภะณามะเห ฯ

บทสวดมนต์บูชาพระประจำวันเสาร์

คนเกิดวันเสาร์ ควรมีพระพุทธรูปปางนาคปรกไว้บูชาเป็นพระประจำวัน อังคุลิมาลปริต สวดวันละ ๑๐ จบ (หรืออย่างน้อยวันละ ๑ จบ)

ยะโตหัง ภะคินิ อะริยายะ ชาติยา ชาโต นาภิชานามิ สัญจิจจะ ปาณัง ชีวิตา โวโรเปตา เตนะ สัจเจนะ โสตถิ เต โหตุ โสตถิ คัพภัสสะ ฯ

บทสวดมนต์บูชาพระประจำวันพุธ (เกิดกลางคืน)

คนเกิดวันพุธกลางคืน ควรมีพระพุทธรูปปางป่าเลไลย์ไว้บูชา เป็นพระประจำวัน สุริยปริต สวดวันละ ๑๒ จบ (หรืออย่างน้อยวันละ ๑ จบ)

กินนุ สันตะระมาโน วะ วาหุ สุริยัง ปะมุญจะสิ สังวิคคะรูโป อาคัมมะ กินนุ ภีโต วะ ติฏฐะสีติ สัตตะธา เม ผะเล มุทธา ชีวันโต นะ สุขัง ละเภ พุทธะคาถา–ภิคีโตมหิ โน เจ มุญเจยยะ สุริยันติ ฯ

บทสวดมนต์บูชาพระเกตุ

พระเกตุ พระพุทธรูปปางสะดุ้งมาร เป็นพระประจำพระเกตุ พระเกตุชยปริต ไม่ประจำวันเกิดของใคร เป็นพระรักษาอายุของคนทุกคนให้ยั่งยืน เป็นพระคุ้มครองป้องกันภัยทั้งปวง สวดวันละ ๙ จบ (หรืออย่างน้อยวันละ ๑ จบ)

ชะยันโต โพธิยามูเล สักกะยานัง นันทิวัฑฒะโน เอวัง ตะวัง วิชะโย โหหิ ชะยัสสุ ชะยะมังคะเล อะปะราชิตะปั่ลลังเก สีเส ปะฐะวิโปกขะเร อะภิเสเก สัพพะพุทธานัง อัคคัปปั่ตโต ปะโมทะติ สุนักขัตตัง สุมังคะลัง สุปะภาตัง สุหุฏฐิตัง สุขะโณ สุมุหุตโต จะ สุยิฏฐัง พรหมะจาริสุ ปะทักขิณัง กายะกัมมัง วาจากัมมัง ปะทักขิณัง ปะทักขิณัง มะโนกัมมัง ปะณิธี เต ปะทักขิณา ปะทักขิณานิ กัตตะวานะ ละภันตัตเถ ปะทักขิเณ ฯ

ดูลักษณะคน

ดวงตา

๑. ผู้ใดมีดวงตาดำใหญ่แทบบังเนื้อขาว หรือส่วนขาวนั้นขยายใหญ่จนเห็นตาดำนิดเดียว โบราณว่าไว้ว่าบุคคลนั้นไม่ว่าชายหญิงเป็นคนไม่ดีไม่ควรคบ

๒. ผู้ใดมีพื้นตาขาวมากกว่าตาดำ มีสีเหลืองแถมช้ำ และมีเส้นสีแดงแทงเข้าสู่ตาดำ มองดูเหมือนคนตาเจ็บ คนลักษณะนี้แม้จะมีโอกาสกำเนิดมาท่ามกลางเงินและทอง ก็จะวิบัติฉิบหายด้วยกาลกิณีแห่งตน และ บุตรภรรยา ก็อาจต้องตายจากเมื่อยังไม่ถึงเวลาอันสมควร

๓. ผู้ใดดวงตาพองโต ตาดำไม่ดำสนิทออกสีเหลืองคล้ายจะเป็นสีน้ำตาล คนนั้นมักจะเป็นผู้มีใจชั่ว เล่ห์เหลี่ยมมาก ไม่เคยจะซื่อตรงกับใคร โบราณห้ามไม่ให้คบ

๔. ผู้ใดตาเหมือนอสรพิษ รูปเฉเฉียง ขอบตาแหลม ดวงตาดำออกแกมแดง มักมีจิตใจอำมหิตโหดร้ายประพฤติกายเยี่ยงโจรแม้รู้จักคบค้าแล้ว พึงหลีกเลี่ยงงดเว้นเสีย

๕. ดวงตาเฉยไม่บอกความรู้สึก บางครั้งมองจ้องอะไรต่อมิอะไรอย่างเหม่อลอย แสดงว่าเป็นคนชอบคิดชอบฝัน เหมาะที่จะเป็นศิลปินหรือนักประพันธ์ มีนิสัยอ่อนโยน ใจก็อ่อน ขี้สงสาร เชื่อคนง่าย มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นเสมอ ซึ่งมักเป็นผลร้ายแก่ตนเองภายหลัง

๖. ผู้ใดดวงตาหรี่ปรือ มักมองอะไรอย่างชำเลือง ๆ หรือมองดูหางตาแสดงว่าเป็นคนขี้ระแวง นิสัยไม่ค่อยดีออกจะมีลับลมคมนัย และชอบริษยาเพื่อน ถ้าเป็นผู้หญิงก็มีเล่ห์เหลี่ยมมาก ทั้งคอยไหวระแวงว่าใครต่อใครจะคิดว่าตนเป็นคนไม่ดี เป็นคนไม่มีความจริงใจกับใคร

ถ้าเป็นผู้ชายก็ต้องเป็นคนเจ้าถ้อยร้อยความ มีกล-อุบายให้ร้ายกับผู้อื่นอยู่เสมอ นิสัยไม่ซื่อตรง และเอาเปรียบเพื่อนไม่รักใครจริง

๗. ตาส่อนหรือตาเข ไม่ควรคบ โบราณว่าไม่ดีชอบเอาเปรียบเพื่อน รู้มาก กลอุบายร้อยแปด ไม่มีความซื่อสัตย์ มักจะเนรคุณคนและคบใครไม่ยืด เป็นคนกาลกิณีมิเลือกชายหญิง

๘. ตาโศก เป็นคนอาภัพ แต่มักมีวาสนา พูดจาอ่อนหวานไม่ค่อยชอบคิดอะไร ปล่อยตัวตามสบาย ไม่มีจุดหมายอะไรสำหรับอนาคตอยู่ไม่เป็นที่ มักเป็นคนที่ยอมอ่อนให้เพศตรงข้ามเสมอ คนลักษณะนี้จึงมักได้รับการชักนำ และส่งเสริมให้ได้รับความสำเร็จ เพราะนิสัยเป็นคนที่ลงให้คน

๙. ตาหวาน เวลามองใครก็มักจ้อง จ้องแล้วยิ้มส่อนิสัยว่าเป็นคนเจ้าชู้ ชอบเล่นรัก อารมณ์มักรื่นเริงแต่ไม่จริงจังกับใคร เอาแต่ใจตน

ถ้าเป็นหญิงมีเรือนแล้ว จะทำให้สามีต้องร้อนใจเพราะตัวชอบคบเพื่อนชาย และมักใจง่ายไม่มีขอบเขต

หากเป็นชายก็ชอบจะผิดลูกท่านภรรยาเขา ใจคอรวนเร หาความมั่นคงมิได้

๑๐. ดวงตาดำสนิท มีน้ำหล่อเลี้ยงเป็นประกายวาวเวลามองสิ่งใดสงบนิ่ง จับอยู่เป็นชั่วครู่จึงถอนสายตากลับลักษณะนี้ เป็นคนมีปัญญาฉลาดเฉลียว ใจเย็นสุขุมรอบคอบ มีความซื่อสัตย์

ถ้าเป็นหญิง แสดงถึงความประณีต ถี่ถ้วน ช่างไตร่ตรอง หากมีความรัก ก็รักสุดหัวใจ และไม่ยอมถอนใจง่าย ๆ

๑๑. ดวงตาดุ ดวงตาสีน้ำตาล มีแววกระด้าง แสดงว่าเป็นคนทรหด ทำอะไรทำจริง นิสัยขรึมเฉย เชื่อตนเอง คบคนยาก ใจแข็ง ผูกพยาบาท รักใครรักจริง แต่เวลาโกรธขึ้นมารุนแรงมาก เพราะมีนิสัยเก็บกดเงียบขรึม

๑๒. ดวงตากว้าง หนังตาพองเป็นเหลี่ยมยาวสุดหางตา คนผู้นั้นดีจะมีผู้นับหน้าถือตา

๑๓. ดวงตาพอง ถุงตายาวเป็นกระพุ้ง แสดงว่าคนนั้นจะเป็นผู้มีทรัพย์สินมาก

เสียงพูด

๑. ผู้หญิงที่มีเสียงกังวาน แจ่มใส กล่าวคำพูดชัดถ้อยชัดคำสตรีนั้นมีจิตใจอันเปี่ยมไปด้วยเมตตา และไมตรีซื่อสัตย์กับคนทั่วไปส่วนใหญ่มีบุญคุ้มกายมาแต่กำเนิด ใจอ่อน สติปัญญาปานกลาง

๒. เสียงมีกังวานทุ้ม และปลายเสียงเน้นหนัก สตรีนั้นมีอำนาจประหลาดซ่อนเร้นอยู่ในตัว คบกับใครนาน ๆ

มักจะเหนือกว่าคนอื่นโดยไม่รู้ตัว เป็นผู้มีกำลังใจเข้มแข็ง เฉลียวฉลาด ชอบวางตนเหนือผู้อื่น และสตรีเช่นนี้มีความรักยาก

๓. สตรีพูดสองเสียง บางคราวหล่อนจะเปล่งเสียงแหลม พูดรัวลิ้นรวดเร็วฉะฉาน หูตาพร่าพราวมือไม้ขวักไขว่อุตลุด และในเวลาต่อมาหล่อนจะกลับลดเสียงลงเป็นเสียงต่ำแหบห้าว พูดเน้น ๆ กระแทก ๆ เสียง ตาประหลับประเหลือกประกอบคำพูด หากท่านได้ยินสตรีสองเสียงดังที่กล่าวนี้ พึงทราบเถิดว่า หญิงนั้น กาลกิณีเหลือเกิน

หญิงประเภทนี้ มักเกิดในสกุลต่ำไร้ค่า มีนิสัยสันดานโกหก มักง่าย ชอบใส่ร้ายนินทาคนไม่เลือกหน้าไม่รู้จักบุญคุณใคร หน้าไหว้หลังหลอก คบคนไม่ยืด เอาเปรียบเพื่อน และชอบยกตนข่มท่านทั้ง ๆ ที่รู้ว่าตนก็ไม่มีอะไรดีกว่าเขา มักจะโอ้อวดว่าตัวดี คุยโวโม้เก่งใครนิ่งฟังได้ก็ดี หากใครไม่พอใจจะฟัง หล่อนจะพาลหาเรื่องทะเลาะวิวาทใส่ร้ายส่งไปเลย

หญิงเจรจาสองเสียงเช่นนี้ แม้ชายใดได้ไว้เป็นภรรยา ความวิบัติจะเกิดนานับประการ แม้ฐานะมั่นคงล้นเหลือ ไม่ช้าก็จะละลายหายสูญไปโดยไม่รู้ตัว เพราะความกาลกิณีของสตรีนั้น

๔. สตรีพูดเสียงแหบเครือ เจรจาพาทีอ้อมแอ้มอุบอิบ ฟังชัดบ้างไม่ชัดบ้าง ส่อนิสัยเจ้าหล่อนว่าเป็นคนอัปลักษณ์อาภัพมาตั้งแต่เกิด จะคิดการทำมาหากินก็ไม่พบกับความสำเร็จ วนเวียนวกวนอย่างนั้นอย่างนี้ไม่มีที่สิ้นสุด มีใจหวั่นไหวหวาดระแวงไปสาระพัด ว่าใครต่อใครเขาคงรังเกียจเดียดฉันท์ ทั้ง ๆ ที่ไม่มีเหตุผลควรจะคิด

สตรีชนิดนี้มักจะไร้สกุล และขาดเพื่อนฝูง หากมีสามีก็มักจะทำให้สามีต้องพลอยเดือดร้อนไปด้วย เพราะจะคอยกระเซ้าแหย่ยุให้สามี คอยแคลงใจกับญาติพี่น้องเพื่อนฝูงไปด้วย เนื่องจากต้องการให้เขาสนใจหล่อนคนเดียว

๕. สตรีที่มีเสียงแหลมสูง พูดเร็วจนลิ้นรัว สตรีชนิดนี้จะหาหลักการใด ๆ ในตัวมิได้เลย ไม่มีความจริง

ใจ หรือจริงจังอะไรกับใคร ทำการงานก็ไม่จีรังยั่งยืน ชอบใช้ชีวิตเลื่อนลอย ฉาบฉวย ความรักของเธอจะถือเสมือนความรู้ที่ควรจะทดลองเล่นสนุก ๆ เท่านั้น

สตรีชนิดนี้แม้ชายใดได้ไปเป็นคู่ชีวิต การครองเรือนของเขาจะต้องได้รับความยุ่งยากใจ เพราะความเหลวไหลของเธอ

๑. บุรุษที่มีเสียงกังวาน ชัดเจน พูดชัดถ้อยชัดคำ ไม่ช้าไม่เร็ว มักจะเป็นคนเฉลียวฉลาด สุขุมรอบคอบมีสติปัญญา ชอบศึกษาหาความรู้

๒. บุรุษมีเสียงหนัก ๆ หางเสียงไม่ค่อยมี โดยมากมักมีอาชีพอยู่ในเครื่องแบบ เสียงแบบนี้ มักเป็นคนค่อนข้างซื่อตรงไปตรงมา แต่ทำอะไรลงไปมักไม่ค่อยยั้งคิด และคิดถึงใครทั้งสิ้นเป็นคนถือความคิดเห็นของตนเป็นใหญ่ ดิดจะรั้น ๆ ไม่ค่อยลงหัวให้ใคร นอกจากผู้ที่แสดงให้เขารู้ว่าเหนือกว่าเขาทุกวิถีทาง

คนชนิดนี้ไม่เป็นภัยแก่ใครเพราะเล่ห์เหลี่ยม เนื่องจากเป็นคนซื่อ ชายที่มีเสียงเช่นนี้มักจะเป็นคนมีใจเดียวรักใครก็รักจริงแม้แต่เพื่อนฝูง ชายประเภทนี้หญิงใดได้

เป็นสามีก็เบาใจได้เรื่องเจ้าชู้ แต่ก็อาจหนักใจ เพราะเขาไม่รู้จักเอาใจ พะเน้าพะนอมีเพียงความรัก และความซื่อตรงให้อย่างเดียวเท่านั้น

๓. ผู้ชายบางคนมีรูปร่างใหญ่โตกำยำล่ำสัน แต่เสียงที่พูดออกมากลับอ่อนนุ่มไพเราะผิดกับลักษณะร่างกาย ผู้ชายประเภทนี้จัดว่าดีพอสมควร เพราะมีจิตใจเอื้อเฟื้อ มีเมตตากรุณา เป็นมิตรได้กับทุกคน

๔. ผู้ชายที่มีเสียงห้าวห้วน กระโชกกระชาก แม้จะไม่ตั้งใจก็ตามมักตะโกนพูดแม้จะเป็นการทักทาย มักเป็นคนอาภัพ เข็ญใจไร้สกุล ชะตามิต้องกับใคร หากินไม่พอเลี้ยงปากเลี้ยงท้อง อยู่ไม่เป็นที่ต้องลำบากตลอดชีวิต

๕. เสียงแหลมเบา ผู้ชายที่มีเสียงเล็กเบา ย่อมแสดงความผิดปกติขัดแย้งกับเพศของตนอยู่แล้ว มีนิสัยเฉื่อยชา มักมีปมด้อยในใจสงบขรึม ไม่ค่อยเข้าสังคม ไม่กล้าแสดงต่อหน้าชุมนุมชน ชีวิตดำเนินไปเรียบ ๆ ไม่ค่อยก้าวหน้า

๖. เสียงคล้ายผู้หญิง ผู้ชายแท้ ๆ แต่เสียงกลับเหมือนผู้หญิงแต่เราก็ฟังรู้ว่าเป็นเสียงผู้ชายนี่แหละ เสียง

ชนิดนี้เจ้าของเสียงมีนิสัยฉลาดแกมโกง มีเล่ห์เหลี่ยมลูกไม้พราวตัว แต่แอบแฝงอยู่ในหน้าตาที่ยิ้มแย้มแสดงความใจดี เขามักจะพูดคำไพเราะกิริยาอ่อนโยน แต่เบื้องหลังสำหรับคนชนิดนี้คือ มิได้มีความซื่อตรงจริงจังกับใครเลย แม้แต่ลูกเมีย พี่น้อง เพื่อนฝูง เขามักจะพูดและทำสิ่งต่าง ๆ ลงไปเพื่อผลประโยชน์ของตัวเองเท่านั้น และผลจะยังความเสียหายแก่ใครบ้าง เขามิสนใจ เป็นคนไม่ดีไม่ควรคบ

๗. **พูดดัง พูดเร็ว คล่องจนลิ้นพันกัน** คนชนิดนี้มักจะเป็นบุรุษเจ้าสำราญชีวิตล่องลอยเหมือนปุยเมฆ หาแก่นสารอะไรมิได้ ชอบแต่งตัว โก้เก๋แล้วไปนั่งตามร้านกาแฟหาเพื่อนคุย คำพูดที่ออกมาจากคนประเภทนี้หาความจริงยาก คนจำพวกนี้ล้วนมีเล่ห์เหลี่ยมตลบแตลง ปลิ้นปล้อนโดยไม่เลือกหน้าใครทั้งสิ้น และถ้าหากจับได้ไล่ทันเขาก็จะหลบเลี่ยงเอาอย่างหน้าด้าน ๆ พาลพาโลไม่รับรู้อะไรทั้งสิ้น อย่างหน้าตาเฉย

๘. **เสียงอ้าวเหมือนลิ้นคับปาก** หรือพูดเสียงมักขาด ๆ ตะกุกตะกัก แสดงว่าเป็นคนใจเร็ว สมองสั่งการ

รวดเร็วแต่พูดออกมาไม่ได้ทันใจ ถ้าเป็นนายงานมักวางอำนาจกับลูกน้อง และตรงข้าม ถ้าอยู่ในฐานะด้อยกว่าก็จะกลายเป็นคนประจบนบนอบผู้ใหญ่จนออกนอกหน้า ค่อนข้างฉลาดไม่ค่อยเอาเปรียบใคร แต่ไม่อยากให้ใครดีกว่าตน ทำราชการก้าวหน้าเพราะรู้จักปรับตนเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม

๙. เสียงอ่อย ๆ ไม่ค่อยและไม่ดังนัก เวลาพูดมักขาดเป็นห้วง ๆ และพูดซ้ำ ๆ ประโยค แสดงว่าเป็นคนเฉื่อยชา ใจเย็น คิดมาก ขี้กลัว ไม่ค่อยแน่ใจตนเอง ไม่กล้ารับผิดชอบในงานใหญ่ นิสัยสำรวยชอบแต่งตัวโก้ เอาเปรียบเพื่อน ไม่เป็นเพื่อนแท้ของใคร รักษาสมบัติไม่ได้

๑๐. เสียงห้าวต่ำ พูดช้า ๆ เน้นให้ชัดทุกคำพูด แสดงว่าเป็นคนชอบโอ้อวดตัว หยิ่ง และมักยกตนข่มท่าน เสียงชนิดนี้ ถ้าไม่ได้รับการศึกษาก็เข้าลักษณะโง่แกมหยิ่ง แต่ถ้าหากเป็นผู้ได้รับการศึกษาเล่าเรียนตามสมควรก็เหมาะที่จะเป็นครู น้ำเสียงเช่นนี้มักจะประกอบกับกิริยาบึ้นปึ่งเขร่งขรึมบางขณะ และวางท่าสำรวม แต่มีกิริยาจองหอง

อยู่ในตน เจ้าของเสียงชนิดนี้ อุปนิสัยแท้ ๆ ค่อนข้างเกียจคร้าน โอ้อวด หากินพอเลี้ยงตัว

ตำแหน่งไฝ

๑. บุรุษสตรีใดมีไฝที่ริมฝีปากบนหรือล่าง จะเป็นคนช่างพูดเจรจาเป็นที่พอใจ แต่ตนก็มักจะมีโวหารแกร่งกล้าบาดหูคน

ฉะนั้นไฝที่ริมฝีปากจึงมีทั้งคุณและโทษก้ำกึ่งกัน

๒. บุรุษสตรีใดมีไฝในที่ลับ หรือใต้รักแร้ และลูกคางจะได้รับความสุขยิ่งจากสามี หรือ ภรรยา

๓. ตำแหน่งไฝอาภัพ คือ หว่างคิ้ว หว่างอกกลางหลัง ต้นคอและหัวเข่า จะไม่ค่อยมีความสุขนัก

๔. มีไฝที่เต้านม หรือ ที่ลับ จะมีเสน่ห์ผูกใจเพศตรงกันข้ามเจริญมั่งคั่งด้วยเงินทอง

๕. มีไฝที่หัวคิ้ว หรือในคิ้ว เป็นคนเจ้าชู้แต่ไม่รักใครจริง

๖. มีไฝที่ร่องน้ำตา เป็นคนเจ้าทุกข์ อาภัพชั่วชีวิต แม้จะมีความเป็นอยู่อย่างดี ก็จะต้องมีอันให้ได้รับความทุกข์ใจอยู่เนือง ๆ

๗. มีไฝใต้ลูกตา จะเลี้ยงลูกยาก

๘. มีไฝกลางมือ ข้างมือ และที่นิ้วชี้ จะมีความสุข มีทรัพย์สินเงินทองใช้

ลักษณะหัวเราะ

๑. ผู้ใด หัวเราะด้วยเสียงแจ่มใส สำรวมกิริยามารยาทอันดีงามผู้นั้น เป็นคนน่าคบ มีอนาคตแจ่มใส มีทรัพย์

๒. หัวเราะเสียงดัง นัยน์ตาคลอด้วยน้ำตา กลิ้งเกลือกไปมา ผู้นั้นเป็นคนที่มากด้วยตัณหา รักง่าย เปลี่ยนง่าย ไม่จริงจังกับใคร ทำงานจับจด

๓. หัวเราะเสียงไม่แจ่มใส ดังอยู่ในลำคอ บุคคลนั้นจะเต็มไปด้วยลับลมคมใน คบง่าย มักจะเอาเปรียบเพื่อนฝูง แสดงตนว่าเป็นนักเลง มีจิตใจโหดเหี้ยม ชอบการทะเลาะวิวาท

๔. ผู้ใดหัวเราะเสียงแหบแห้ง มักเป็นคนอาภัพ ทำงานใดไม่รุ่งเรือง รักง่าย เบื่อง่าย ไม่น่าคบ

๕. ชายหญิงใด หัวเราะพลางชะม้อยตาไปพลาง หรือจับโน่นจับนี่ท่านว่าเป็นคนมีประสาทอ่อน ขี้อาย ไม่ค่อยชอบเข้าสังคม ชอบเก็บตัวเงียบ ๆ มักหมกมุ่นอยู่ในกามตัณหา

๖. หัวเราะอ้าปากเสียงดังลั่น ไม่ค่อยสำรวมกิริยา ผู้นั้นมักมีจิตใจเป็นนักเลง ใจกว้าง โมโหง่ายหายเร็ว เก็บเงินไม่ค่อยอยู่

๗. หัวเราะเสียงแผ่วเบา มีแต่ยิ้มอยู่เสมอ อ้าปากแต่พองามเสียงใส ผู้นั้นเป็นคนมีอารมณ์ดี เห็นอกเห็นใจคน เป็นที่นับถือของคนทั่วไป





พิมพ์ที่ .. .. **วัชรินทร์การพิมพ์**
364 ถนนพระสุเมรุ กรุงเทพฯ โทร. 812197, 812205
นายทวีชัย วัชรินทรานนท์ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. 2519